

## مهارت‌ها و عادات‌های مطالعه‌ی دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی کردستان و برخی عوامل مرتبط با آن

دکتر یدالله زارع زاده<sup>۱</sup>، مسعود رسول آبادی<sup>۲</sup>

نویسنده مسوول: سنندج، دانشگاه علوم پزشکی کردستان rasolabady@gmail.com

دریافت: ۹۳/۶/۲۵ پذیرش: ۹۳/۷/۲۷

### چکیده

**زمینه و هدف:** عملکرد تحصیلی افراد متأثر از عوامل مختلفی است که یکی از این عوامل، عادات و مهارت‌های مطالعه می‌باشد. هدف مطالعه‌ی حاضر بررسی عادات مطالعه‌ی دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی کردستان در سال تحصیلی ۹۲-۱۳۹۱ بود. **روش بررسی:** این مطالعه‌ی توصیفی - مقطعی بر روی دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی کردستان که در سال تحصیلی ۹۲-۹۱ به تحصیل اشتغال داشتند، انجام شد. جامعه‌ی مورد مطالعه ۳۲۴ نفر تعیین گردید، اما در مجموع تعداد ۲۴۵ پرسشنامه مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت. داده‌ها با استفاده از پرسشنامه‌ی استاندارد مطالعه *Palsane & Sharma Study Habits Inventory (PSSHI)* گردآوری و با استفاده از نرم افزار آماری SPSS مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت. از آمار توصیفی برای ارائه فراوانی مطلق و نسبی متغیرها، میانگین و انحراف معیار برای متغیرهای کمی و از آزمون *t* مستقل، ضریب همبستگی پیرسون و همچنین از رگرسیون لجستیک جهت بررسی اثر عوامل مختلف بر روی عادات مطالعه استفاده شد. **یافته‌ها:** میانگین نمره‌ی کل عادات مطالعه دانشجویان ۱۱/۱±۵/۸ از ۹۰ بود. میانگین نمره در دانشجویان دختر ۱۱/۴±۶/۱ و در دانشجویان پسر ۱۰/۸±۵/۴ بود که از نظر آماری اختلاف معنی داری بین این دو مشاهده نشد ( $t=۰/۶۲, p=۰/۴۹$ ). مقایسه‌ی حیطه‌های مختلف عادات‌های مطالعه در دو "جنس" مختلف نشان داد که دانشجویان دختر در حیطه‌ی یادداشت برداری ( $t=۲/۴۶, p=۰/۰۱۵$ ) و تندرستی ( $t=۲/۲۰, p=۰/۰۲۸$ ) نسبت به دانشجویان پسر برتری داشتند. نتایج نشان داد که دانشجویانی که از کتاب و جزوه همزمان به عنوان منبع درسی استفاده می‌کنند در کلیه‌ی حیطه‌ها نسبت به دانشجویانی که فقط از کتاب یا جزوه استفاده می‌کنند از نظر عادات‌های مطالعه وضعیت بهتری دارند و این اختلاف از نظر آماری معنی‌دار بود ( $P=۰/۰۰۱$ ).

**نتیجه گیری:** بررسی نتایج مطالعه‌ی حاضر نشان داد که وضعیت مهارت‌ها و عادات مطالعه‌ی دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی کردستان در حد متوسط بود که مشابه دانشجویان سایر دانشگاه‌های علوم پزشکی کشور است. آرایه‌ی یک واحد درسی تحت عنوان "مهارت‌ها و عادات مطالعه" در برنامه‌ی درسی دانشجویان پیشنهاد می‌شود.

**واژگان کلیدی:** عادات‌های مطالعه، مهارت‌های مطالعه، PSSHI، دانشجویان علوم پزشکی

### مقدمه

نشده است. لذا دانشجویان امروز و دانش آموزان دیروز بر منوال گذشته به مطالعه می‌پردازند. بهبود و توسعه‌ی عملکرد تحصیلی فراگیران یکی از اهداف اصلی مراکز آموزشی می‌باشد؛ زیرا عملکرد تحصیلی افراد اساس موفقیت و پیشرفت در هر مقطعی محسوب می‌گردد. عملکرد تحصیلی

در نظام آموزشی کنونی و حاکم بر دانشگاه‌ها، دانشجویان در انتهای هر نیم سال تحصیلی با انواع آزمون‌ها مواجه می‌شوند. این درحالی است که آن‌ها در مورد مهارت‌های مطالعه چیز بسیاری نمی‌دانند و در دوران تحصیل در دبیرستان به آنان آموزش خاصی در خصوص مهارت‌ها و عادات مطالعه داده

۱- مرکز تحقیقات عوامل اجتماعی مؤثر بر سلامت کردستان و مرکز مطالعات و توسعه‌ی آموزش علوم پزشکی، استادیار دانشگاه

علوم پزشکی کردستان

۲- کارشناس ارشد علوم کتابداری و اطلاع رسانی پزشکی، دانشگاه علوم پزشکی کردستان

و مشکلات روحی و اجتماعی برای دانشجویان نیز می‌گردد (۸). نقص در مهارت‌های یادگیری و عدم آشنایی با روش‌های موثر و کارآمد مطالعه در شکست تحصیلی دانشجویان موثر است (۹). بطور کلی می‌توان گفت که مطالعه‌ی ثمربخش تحت تاثیر دو عامل علاقه نسبت به مطالب مورد مطالعه و به کاربرد فنون مطالعه می‌باشد. کاربرد بهتر فنون مطالعه سبب می‌شود مطالعه سریع‌تر، لذت‌بخش‌تر و آسان‌تر شود؛ در نتیجه علاقه به مطالعه افزایش یافته و با صرف زمان کوتاه‌تر مطالب بیشتری مطالعه شود. به‌کارگیری روش‌ها و مهارت‌های متنوع مطالعه در نقاط مختلف دنیا در یادگیری بهتر دانشجویان مورد تاکید قرار گرفته است (۱۰).

عادات و مهارت‌های مطالعه‌ی دانشجویان در داخل کشور هم مورد توجه قرار گرفته و مطالعاتی در این زمینه انجام گرفته است. ترشیزی و همکاران در مطالعه خود، مهارت‌ها و عادات مطالعه دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی بیرجند را مورد بررسی قرار دادند، یافته‌ها نشان داد که میانگین نمره - یعادات مطالعه دانشجویان  $(\bar{x} = 7/81 \pm 0/45)$  از ۹۰ (حداکثر نمره) بود.  $32/8$  درصد از دانشجویان عادات مطالعه ضعیف،  $31/1$  درصد متوسط،  $14/3$  درصد خوب، و  $21/8$  درصد از آن‌ها عادات مطالعه عالی داشتند. بین میانگین نمره عادات مطالعه افراد و عملکرد تحصیلی آنها ارتباط مثبت، ضعیف و معناداری وجود داشت ( $r = 0/22, P < 0/001$ ). همچنین بین برخی از حیطه‌های عادات‌های مطالعه افراد با جنس، مقطع تحصیلی، زمان مطالعه، زمان آمادگی برای امتحان، منابع مورد مطالعه و تحصیلات پدر ارتباط معنادار آماری وجود داشت؛ اما با محل سکونت، وضعیت تاهل و تحصیلات مادر ارتباط معنادار آماری به دست نیامد (۱۱). همچنین فریدونی مقدم و چراغیان، پژوهشی با هدف شناسایی عادات‌های مطالعه دانشجویان دانشکده پرستاری آبادان و ارتباط آن با عملکرد تحصیلی انجام دادند که یافته‌های پژوهش نشان داد، میانگین نمره‌ی عادات مطالعه‌ی دانشجویان  $(\bar{x} = 11/6 \pm 4/8)$  از ۸۸

افراد متاثر از عوامل مختلفی است که یکی از این عوامل، عادات و مهارت‌های مطالعه افراد می‌باشد (۱). مهارت‌ها یا راهبردهای مطالعه شامل افکار و رفتارهای نهان و آشکاری است که با موفقیت در یادگیری مرتبط هستند و می‌توانند از طریق مداخلات آموزشی تغییر یابند (۲). همچنین این مهارت‌ها یا استراتژی‌ها به صورت هر فعالیت شناختی، عاطفی یا رفتاری که فرآیند ذخیره، بازیابی و استفاده از دانش یا آموخته‌ها را تسهیل می‌نماید، تعریف شده است (۳). فعالیت مرتبط با فاکتور شناختی شامل مشخص نمودن موارد ترجیحی یا مورد علاقه‌ی فرد است. اجزای عاطفی فرآیند مطالعه عبارت از کنترل اضطراب و اجتناب از تعلل یا مسامحه است. یادداشت برداری، برجسته نمودن اطلاعات و مرور مجدد اطلاعات عوامل رفتاری می‌باشد (۴). از طرفی مطالعات متعدد نشان داده است که نارسایی در مهارت‌های یادگیری و مطالعه می‌تواند تمامی مزایای یک محیط آموزشی مطلوب و حتی قابلیت‌های هوشی، شخصی و سلامت جسمی - روانی افراد را به طور منفی تحت شعاع خود قرار دهد و از طرف دیگر در صورت کارآمدی می‌تواند بسیاری از نارسایی‌های احتمالی در محیط‌های آموزشی و یا حتی کاستی در انگیزش تحصیلی و سلامت جسمی - روانی را که می‌تواند تاثیر مطلوبی بر عملکرد تحصیلی فرد داشته باشد را تعدیل یا جبران کند (۵). به عقیده‌ی محققان، عادات‌ها و مهارت‌های مطالعه قابل آموزش بوده و می‌توان آن‌ها را آموخت (۶)، در سال‌های اخیر این مقوله به عنوان یکی از عوامل تاثیرگذار بر وضعیت آموزشی فراگیران مورد توجه قرار گرفته است. فالک در مطالعه‌اش که در آمریکا و در سال ۲۰۰۶ انجام داد با بررسی عادات مطالعه دانشجویان مقطع کارشناسی نشان داد که ناکافی بودن مهارت‌های مطالعه در افت تحصیلی دانشجویان موثر است (۷). افت تحصیلی دانشجویی یکی از مشکلات عمده مراکز آموزش عالی کشور است که نه تنها باعث اتلاف وقت و هزینه‌های جاری این مراکز می‌شود، بلکه باعث ایجاد مسایل

رعایت می‌گردید. علی‌الخصوص در این روش پراکندگی نمونه‌ها رعایت می‌گردید.

داده‌ها با استفاده از پرسشنامه‌ی استاندارد مطالعه Palsane & Sharma Study Habits Inventory (PSSHI) گردآوری شدند. روایی و پایایی این پرسشنامه در مطالعات پیشین بررسی شده است. بررسی پایایی با روش باز آزمون (برروی ۲۰۰ دانشجوی به فاصله ۴ هفته) و کسب  $r = 0/88$  و روش بررسی ثبات درونی به روش دو نیم کردن (بر روی ۱۵۰ دانشجو)  $r = 0/56$  و نیز روایی وابسته به معیار  $0/74$  گزارش شده است (۱۱). همچنین در مطالعات پیشین اعتبار پرسشنامه مورد استفاده در این مطالعه  $0/69$ ،  $0/67$ ،  $0/74$  و  $0/83$  بوده است (۶).

پرسشنامه‌ها در نیمسال دوم سال تحصیلی ۹۲-۹۱ با مراجعه به امور کلاس‌ها در دانشکده‌های پزشکی، دندانپزشکی، پیراپزشکی، پرستاری و مامایی و بهداشت و مشخص کردن ساعات کلاس درس دانشجویان و هماهنگی با استاد پس از توضیح مختصر درباره‌ی هدف مطالعه به دانشجویان پرسشنامه‌ها بین آن‌ها توزیع گردید. دانشجویان ۲۵ دقیقه فرصت داشتند که به سوالات پرسشنامه پاسخ دهند.

پرسشنامه استاندارد مطالعه (PSSHI) حاوی ۴۵ سوال است که در ۸ حیطة شامل: مدیریت زمان (حداکثر نمره ۱۰)، شرایط فیزیکی برای مطالعه (حداکثر نمره ۱۲)، توانایی خواندن (حداکثر نمره ۱۶)، یادداشت کردن (حداکثر نمره ۶)، عوامل موثر در انگیزش یادگیری (حداکثر نمره ۱۲)، حافظه (حداکثر نمره ۸)، برگزاری امتحانات شامل آمادگی برای امتحان و استفاده از نتایج امتحان (حداکثر نمره ۲۰) و تندرستی به معنی عادت‌های سالم تغذیه، خواب و ورزش (حداکثر نمره ۶) طراحی شده و با توجه به دستور العمل پرسشنامه، برای پاسخ همیشه یا بیشتر اوقات نمره‌ی ۲، بعضی اوقات ۱ و به ندرت یا هرگز نمره صفر در نظر گرفته شده که به این ترتیب حداقل نمره کل صفر و حداکثر آن ۹۰ می‌باشد و نمرات بالاتر بیانگر عادت‌های

(حداکثر نمره) بود.  $11/3$  درصد دانشجویان عادات مطالعه نامطلوب،  $80/7$  درصد نسبتاً مطلوب، و  $8$  درصد از آن‌ها عادات مطالعه مطلوب داشتند. بین میانگین نمره‌ی عادت‌های مطالعه افراد و عملکرد تحصیلی آن‌ها ارتباط مثبت، ضعیف و معناداری وجود داشت ( $r = 0/27, P < 0/001$ ). بین عادت‌های مطالعه افراد با ترم تحصیلی، سن، و وضعیت تاهل ارتباط معنادار آماری به دست نیامد (۱۲). روحانی و همکاران در مطالعه خود به بررسی مهارت‌های مطالعه دانشجویان دانشکده‌ی دندانپزشکی مشهد در سال تحصیلی ۸۸-۱۳۸۷ پرداختند. در این مطالعه توصیفی - مقطعی، ۱۹۰ نفر از دانشجویان دانشکده‌ی دندانپزشکی مشهد مورد پژوهش قرار گرفتند. یافته‌های تحقیق نشان داد که دانشجویان آگاهی کافی از مهارت‌های مطالعه ندارند. بیشترین مشکل دانشجویان در زمینه‌ی به خاطر سپاری و یادآوری مطالب، تمرکز حواس و مدیریت زمان بود. همچنین دانشجویان بر مرور و دوره‌ی مطالب خوانده شده اصرار ندارند.  $58$  درصد دانشجویان، با روش مطالعه‌ی فعلی خود بازده دارند؛ اما  $38$  درصد دانشجویان با روش مطالعه فعلی خود احساس بازده کافی ندارند (۱۳). هدف مطالعه حاضر بررسی مهارت‌ها و عادات مطالعه دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی کردستان در سال تحصیلی ۹۲-۱۳۹۱ است.

### روش بررسی

این مطالعه‌ی توصیفی - مقطعی بر روی دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی کردستان که در سال تحصیلی ۹۲-۹۱ به تحصیل اشتغال داشتند، انجام شد. با در نظر گرفتن فراوانی عادات مطالعه‌ی ضعیف در مطالعات مشابه (۳۲ درصد) و فاصله‌ی اطمینان ۹۵ درصد و دقت  $0/05$  حجم نمونه با توجه به فرمول کوکران برابر ۳۲۴ نفر تعیین شد. روش نمونه‌گیری سیستماتیک بود؛ زیرا با این روش سهم هر دانشکده و رشته براساس تعداد دانشجویان مشغول به تحصیل

خوب مطالعه است.

داده ها با استفاده از نرم افزار آماری SPSS مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت. از آمار توصیفی برای آرایه‌ی فراوانی مطلق و نسبی متغیرها، میانگین و انحراف معیار برای متغیرهای کمی استفاده شد. از  $t$  مستقل برای مقایسه‌ی متغیرهای کمی در دو گروه استفاده شد. ضریب همبستگی پیرسون برای بررسی همبستگی بین متغیرهای کمی و آزمون اسپیرمن برای بررسی همبستگی بین متغیرهای رتبه ای استفاده شد. همچنین از رگرسیون لجستیک جهت بررسی اثر عوامل مختلف بر روی عادات مطالعه استفاده شد.

#### یافته‌ها

در مجموع تعداد ۲۴۵ پرسشنامه مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت (نرخ پاسخدهی ۷۵/۶ درصد). تعداد ۷۹ پرسشنامه به دلیل نقص اطلاعات مورد بررسی قرار نگرفتند که از این تعداد، ۲۳ پرسشنامه مربوط به دانشکده‌ی پزشکی (تعداد کل ۹۰)، تعداد ۲۵ پرسشنامه مربوط به دانشکده‌ی پرستاری و مامایی (تعداد کل ۷۰)، تعداد ۲۱ پرسشنامه مربوط به دانشکده‌ی بهداشت (تعداد کل ۸۰) و تعداد ۱۰ پرسشنامه مربوط به دانشکده‌ی پیراپزشکی (تعداد کل ۷۰) بود. تمامی پرسشنامه‌های مربوط به دانشکده‌ی دندانپزشکی (۱۴ عدد) حاوی اطلاعات کامل بوده و مورد بررسی قرار گرفتند. در این مطالعه ۱۲۷ دختر (۵۱/۸ درصد) و ۱۱۸ پسر (۴۸/۲ درصد) شرکت کردند. نتایج نشان داد که فقط ۱۳ نفر (۵/۳ درصد) متاهل و بقیه مجرد بودند. از نظر محل سکونت ۱۳۵ نفر (۵۵/۱ درصد) بومی و ۱۱۰ نفر (۴۴/۹) غیر بومی بودند. بیشترین تعداد دانشجویان یعنی ۱۰۴ نفر (۴۸/۴ درصد) در محدوده‌ی سنی ۲۱ تا ۲۲ سال بودند. همچنین ۱۶۵ نفر (۶۷/۳ درصد) در مقطع کارشناسی و ۸۰ نفر (۳۲/۷ درصد) در مقطع دکتری تحصیل می کردند. بیشترین تعداد ۷۶ نفر (۳۲/۶ درصد) در نیمسال تحصیلی ۵-۶ و کمترین تعداد ۳۸

نفر (۱۶ درصد) در نیمسال ۸-۷ تحصیل خود بودند. ۱۶۰ نفر (۶۵/۳ درصد) مطالعه‌ی غیر درسی داشتند و ۸۵ نفر (۳۴/۷ درصد) نداشتند. بیشتر دانشجویان ۱۰۰ نفر (۴۰/۸ درصد) در زمان فرجه خود را برای امتحانات آماده می کردند. زمان مطالعه ۱۴۷ نفر (۶۰ درصد) از دانشجویان شامل صبح، عصر و شب بود. ۱۶۶ نفر (۶۷/۸ درصد) از دانشجویان از کتاب و جزوه به عنوان منابع درسی استفاده می کردند. تحصیلات پدر ۷۰ نفر (۲۸/۶ درصد) از دانشجویان در سطح دانشگاهی بود در حالی که تحصیلات ۳۰ نفر (۱۲/۲ درصد) از مادران دانشجویان در سطح دانشگاهی بود.

میانگین نمره‌ی کل عادات مطالعه‌ی دانشجویان  $45/8 \pm 11/1$  از ۹۰ بود. میانگین نمره در دانشجویان دختر  $46/1 \pm 11/4$  و در دانشجویان پسر  $45/4 \pm 10/8$  بود که از نظر آماری اختلاف معنی داری بین این دو مشاهده نشد ( $t=0/49$ ،  $P=0/62$ ).

مقایسه‌ی عملکرد تحصیلی دانشجویان نشان داد که دانشجویانی که معدل نیمسال آن‌ها ۱۳ تا ۱۴ بود، میانگین نمره‌ی کل عادات مطالعه‌ی آن‌ها  $44/3 \pm 12/5$  و دانشجویانی که معدل نیمسال آن‌ها ۱۶ تا ۱۷ بود، میانگین نمره کل عادات مطالعه  $45/2 \pm 10/6$  و برای دانشجویانی که معدل نیمسال آن‌ها ۱۷ تا ۱۸ بود، میانگین نمره‌ی کل عادات مطالعه  $46/1 \pm 9/5$  بود. آنالیز واریانس نشان داد که اختلاف این سه گروه از دانشجویان از نظر آماری معنی دار بود ( $F=4/3$ ،  $P=0/015$ ).

مقایسه‌ی "معدل نیمسال" دانشجویان با حیطه‌های مختلف عادات‌های مطالعه نشان داد که فقط در حیطه‌ی یادداشت برداری این رابطه معنی دار بود ( $P=0/016$ ).

رابطه‌ی میانگین و انحراف معیار نمرات دانشجویان در حیطه‌های مختلف عادات مطالعه به تفکیک متغیرهای جنس، محل سکونت، مقطع تحصیلی، معدل نیمسال، زمان آمادگی برای امتحان، منابع مطالعه و زمان مطالعه در جدول ۱ آمده است.

جدول ۱: میانگین و انحراف معیار نمرات دانشجویان در حیطه‌های مختلف عادات مطالعه به تفکیک برخی متغیرهای مورد مطالعه

متغیر	مدیریت زمان	وضعیت فیزیکی	توانایی خواندن	یادداشت برداری	انگیزش یادگیری	حافظه	برگزاری امتحانات	تندرستی	
جنس	دختر	۵/۲۱±۲/۱۲	۷/۴۶±۱/۹۰	۷/۸۴±۲/۴۶	۳/۰۵±۱/۶۵	۵/۸۷±۲/۰۱	۴/۵۷±۱/۴۰	۸/۷۰±۲/۹۷	۳/۳۹±۱/۳۸
	پسر	۵/۲۲±۲/۰۶	۷/۶۶±۲	۷/۸۷±۲/۵۲	۲/۵۲±۱/۷۱	۶/۰۱±۱/۹۶	۴/۵۴±۱/۳۹	۸/۴۷±۳/۱۰	۳±۱/۴۰
		P=۰/۹۵۲	P=۰/۴۳۲	P=۰/۹۲۴	P=۰/۰۱۵	P=۰/۵۷۵	P=۰/۸۵۶	P=۰/۵۴۸	P=۰/۰۲۸
محل سکونت	بومی	۵/۲۰±۲/۰۱	۷/۶۱±۱/۸۳	۸/۱۳±۲/۳۵	۲/۸۷±۱/۷۶	۵/۸۷±۲/۰۲	۴/۶۰±۱/۴۱	۸/۵۷±۳/۰۲	۳/۴۲±۱/۳۸
	غیر بومی	۵/۲۴±۲/۱۹	۷/۴۹±۲/۰۸	۷/۵۱±۲/۳۵	۲/۸۲±۱/۶۲	۶/۰۲±۱/۹۴	۴/۵۰±۱/۳۷	۸/۶۲±۳/۰۶	۲/۹۲±۱/۳۹
		P=۰/۸۶۶	P=۰/۶۲۲	P=۰/۰۵۴	P=۰/۸۲۱	P=۰/۵۵۰	P=۰/۶۱۳	P=۰/۸۸۴	P=۰/۰۰۵
مقطع تحصیلی	کارشناسی	۵/۰۶±۲/۰۹	۷/۵۳±۱/۹۴	۸/۰۷±۲/۴۱	۲/۸۶±۱/۷۱	۵/۹۲±۱/۹۴	۴/۶۴±۱/۳۹	۸/۷۸±۳/۰۴	۳/۳۸±۱/۴۴
	دکتری	۵/۵۵±۲/۰۴	۷/۶۱±۱/۹۶	۷/۴۰±۲/۵۶	۲/۶۶±۱/۶۶	۵/۹۷±۲/۰۸	۴/۳۸±۱/۳۹	۸/۲۰±۲/۹۹	۲/۸۲±۱/۲۵
		P=۰/۰۸۶	P=۰/۷۶۶	P=۰/۰۴۵	P=۰/۳۷۹	P=۰/۸۵۹	P=۰/۱۸۰	P=۰/۱۵۶	P=۰/۰۰۳
معدل نیمسال	۱۳-۱۴	۴/۷۲±۲/۰۸	۷/۲۰±۲/۱۷	۷/۷۵±۲/۸۴	۲/۷۵±۵/۵۱	۵/۸۲±۲/۳۷	۴/۳۷±۱/۶۱	۸/۲۴±۳/۲۸	۳/۰۳±۱/۳۷
	۱۶-۱۷	۵/۳۰±۲/۱۱	۷/۴۸±۱/۸۴	۷/۶۹±۲/۴۷	۲/۶۷±۱/۷۰	۵/۸۶±۱/۹۰	۴/۴۸±۱/۳۷	۸/۵۶±۲/۹۶	۳/۱۴±۱/۴۰
	۱۸-۲۰	۵/۵۷±۱/۵۳	۸/۲۳±۱/۷۱	۸/۸۱±۱/۸۵	۳/۵۵±۱/۵۵	۶/۲۶±۱/۸۲	۵/۰۷±۱/۰۹	۹/۴۲±۲/۸۵	۳/۶۵±۱/۴۰
		P=۰/۲۲۱	P=۰/۰۴۷	P=۰/۰۴۰	P=۰/۰۱۶	P=۰/۵۱۷	P=۰/۰۴۳	P=۰/۲۰۸	P=۰/۱۰۰
زمان آمادگی برای امتحان	طول ترم	۶/۶۰±۱/۷۷	۸/۲۴±۱/۷۰	۹/۰۲±۲/۲۷	۳/۵۵±۱/۶۴	۶/۵۱±۱/۹۷	۴/۶۹±۱/۳۳	۳/۵۰±۲/۶۸	۳/۵۰±۱/۳۱
	فرجه	۴/۹۲±۱/۸۷	۷/۵۸±۱/۷۷	۷/۶۶±۲/۳۳	۲/۵۵±۱/۴۸	۶/۰۳±۱/۷۰	۴/۵۳±۱/۴۲	۸/۴۹±۳/۰۴	۳/۳۴±۱/۳۲
	شب امتحان	۳/۹۳±۱/۷۸	۶/۵۵±۲/۱۷	۶/۷۰±۲/۳۶	۲/۲۴±۱/۸۳	۴/۹۱±۲/۱۰	۴/۴۵±۱/۴۷	۷/۵۴±۳/۱۰	۲/۶۵±۱/۵۲
		P=۰/۰۰۱	P=۰/۰۰۱	P=۰/۰۰۱	P=۰/۰۰۱	P=۰/۰۰۱	P=۰/۵۹۴	P=۰/۰۰۱	P=۰/۰۰۱
منابع مطالعه	کتاب جزوه	۶/۳۳±۲/۷۳	۸/۱۶±۲/۴۰	۹/۵۰±۱/۸۷	۲/۸۳±۲/۴۰	۵/۸۳±۱/۳۲	۵±۰/۸۹	۹/۵۰±۱/۳۷	۳/۳۳±۱/۲۱
	هر دو	۵/۶۰±۱/۹۸	۷/۸۰±۲/۱۱	۷/۰۸±۲/۵۲	۲/۴۶±۱/۶۹	۵/۴۰±۲/۱۰	۴/۶۷±۱/۵۶	۸±۳/۱۴	۲/۹۸±۱/۳۶
		P=۰/۰۰۱	P=۰/۰۰۱	P=۰/۰۰۱	P=۰/۱۲۸	P=۰/۰۲۳	P=۰/۴۹۳	P=۰/۱۳۱	P=۰/۲۹۸
زمان مطالعه	صبح	۵/۸۰±۲/۳۴	۷/۷۰±۱/۱۵	۷/۸۰±۲/۴۴	۳/۵۰±۱/۴۳	۵/۶۰±۱/۷۱	۵/۱۰±۰/۸۷	۹±۲/۳۰	۲/۴۰±۰/۸۴
	عصر	۶/۵۰±۱/۴۳	۷/۸۰±۲/۶۱	۸/۴۰±۱/۸۹	۳/۹۰±۱/۵۹	۵/۸۰±۲/۴۸	۵/۱۰±۱/۹۷	۹/۹۰±۱/۸۵	۴/۱۰±۰/۹۹
	شب	۴/۸۶±۲/۱۵	۷/۱۹±۲/۱۱	۷/۳۹±۲/۶۸	۲/۴۸±۱/۵۳	۵/۵۵±۲/۰۲	۴/۳۸±۱/۴۷	۷/۹۶±۳/۱۰	۲/۹۷±۱/۴۲
	همه موارد	۵/۳۰±۲/۰۳	۷/۷۵±۱/۸۳	۷/۸۵±۲/۳۸	۲/۸۶±۱/۷۸	۶/۲۰±۱/۹۲	۴/۵۹±۱/۳۸	۸/۸۳±۳/۰۶	۳/۳۳±۱/۴۲
		P=۰/۰۶۳	P=۰/۲۱۶	P=۰/۱۹۱	P=۰/۰۲۹	P=۰/۱۱۳	P=۰/۲۲۱	P=۰/۰۸۷	P=۰/۰۱۳

این مقایسه همچنین نشان داد که از نظر "محل سکونت" دانشجویان غیر بومی در حیطه‌ی تندرستی وضعیت بهتری داشتند ( $t=۲/۸۱, P=۰/۰۰۵$ ). از نظر "مقطع تحصیلی" دانشجویان دکتری در حیطه‌ی تندرستی وضعیت بهتری نسبت به

مقایسه‌ی حیطه‌های مختلف عادات‌های مطالعه در دو "جنس" مختلف نشان داد که دانشجویان دختر در حیطه‌ی یادداشت برداری ( $t=۲/۴۶, P=۰/۰۱۵$ ) و تندرستی ( $t=۲/۲۰, P=۰/۰۲۸$ ) نسبت به دانشجویان پسر برتری داشتند.

وضعیت عالی فاصله دارد، لذا کارشناسان آموزشی دانشگاه‌های علوم پزشکی باید به این نکته توجه بیشتری نمایند.

در حیطه‌های یادداشت برداری و تندرستی بین دانشجویان دختر و پسر رابطه معنی داری مشاهده شد ( $P=0/015$ ,  $P=0/025$ ) به طوری که وضعیت دانشجویان دختر در این دو حیطه از دانشجویان پسر بهتر بود، این یافته در راستای یافته‌های مطالعه‌ی ترشیزی و همکاران (۱۱) بود. در مطالعه کوشان، دانشجویان پسر در توانایی خواندن و حافظه وضعیت بهتری از دانشجویان دختر داشتند، ولی دخترها از نظر انگیزش یادگیری از پسرها بهتر بودند (۶).

در حیطه‌ی تندرستی بین دانشجویان بومی و غیر بومی تفاوت معنی داری مشاهده شد ( $P=0/005$ ) به این معنی که وضعیت دانشجویان بومی از دانشجویان غیر بومی بهتر بود. به نظر می‌رسد وضعیت سکونت هم می‌تواند بر عادات مطالعه دانشجویان موثر باشد. در مطالعه‌ی نوریان و همکاران نمرات کسب شده در مهارت‌ها و عادات مطالعه، بر حسب وضعیت سکونت دانشجویان نشان داد که علی‌رغم عدم وجود اختلاف معنی دار در وضعیت‌های متفاوت محل سکونت، اغلب دانشجویان در تمرکز حین مطالعه، مدیریت زمان و سرعت مطالعه نمرات بالاتری کسب نموده بودند (۱۹).

اگر معدل نیمسال دانشجویان را به عنوان عملکرد تحصیلی آنان در نظر بگیریم، یافته‌های پژوهش حاضر نشان داد که در چهار حیطه وضعیت فیزیکی ( $P=0/047$ )، توانایی خواندن ( $P=0/040$ )، یادداشت برداری ( $0/016$ ) و حافظه ( $0/043$ ) بین دانشجویان با معدل ۱۸ تا ۲۰ و دانشجویان با معدل‌های ۱۶ تا ۱۷ و ۱۳ تا ۱۴ تفاوت معنی داری مشاهده شد. در حقیقت می‌توان گفت که بین عملکرد تحصیلی و عادات مطالعه دانشجویان رابطه وجود دارد. این یافته در مطالعه‌ی ترشیزی و همکاران (۱۱) مطالعه‌ی فریدونی مقدم (۱۲)، همچنین مطالعه‌ی بوهرلر (۵) و خورشید و همکاران

دانشجویان کارشناسی داشتند ( $t=2/98$ ,  $P=0/003$ ). نتایج نشان داد که متغیر "زمان آمادگی برای امتحان" با حیطه‌های "مدیریت زمان" ( $P<0/001$ ,  $F=39$ )، "وضعیت فیزیکی" ( $P<0/001$ ,  $F=14$ )، "توانایی خواندن" ( $P<0/001$ ,  $F=17/68$ )، "یادداشت برداری" ( $P<0/001$ ,  $F=12/93$ )، "انگیزش یادگیری" ( $P=0/000$ ,  $F=12/25$ )، "برگزاری امتحانات" ( $P=0/000$ ,  $F=7/11$ ) و "تندرستی" ( $P=0/000$ ,  $F=7/84$ ) از نظر آماری رابطه‌ی معنی داری داشت و با حیطه‌ی "حافظه" رابطه معنی دار نبود.

نتایج نشان داد که دانشجویانی که از کتاب و جزوه همزمان به عنوان منبع درسی استفاده می‌کنند، در کلیه حیطه‌ها نسبت به دانشجویانی که فقط از کتاب یا جزوه استفاده می‌کنند از نظر عادات‌های مطالعه وضعیت بهتری دارند و این اختلاف از نظر آماری معنی دار بود ( $P=0/001$ ). همچنین دانشجویانی که در طول ترم تحصیلی خود را برای امتحان آماده می‌کردند نسبت به دانشجویانی که فقط در زمان فرجه یا شب امتحان این کار را می‌کردند از نظر عادات‌های مطالعه در کلیه حیطه‌ها (به غیر از حیطه‌ی حافظه) وضعیت بهتری داشتند و این اختلاف از نظر آماری معنی دار بود ( $P<0/05$ ).

## بحث

در این مطالعه مهارت‌ها و عادات‌های مطالعه دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی کردستان و برخی عوامل مرتبط با آن مورد بررسی قرار گرفت. بر اساس یافته‌های مطالعه میانگین نمره‌ی عادات‌های مطالعه‌ی دانشجویان در حد متوسط بود (۴۵ از ۹۰) و همچنین میانگین نمره در دانشجویان دختر (۴۵/۱) و در دانشجویان پسر ۴۵/۴ بود که این یافته‌ها اکثر مطالعات پیشین همخوانی دارد (۱۹ و ۱۷ و ۱۳-۱۱، ۶). یافته‌های مطالعه‌ی حاضر و همچنین مطالعات پیشین این نکته را خاطر نشان می‌سازد که وضعیت عادات‌های مطالعه دانشجویان دانشگاه‌های علوم پزشکی مطلوب نیست و با

(۱۶) وجود داشت.

در حیطه‌ی توانایی خواندن بین دانشجویان مقطع کارشناسی و مقطع دکترای عمومی تفاوت معنی داری مشاهده شد ( $P=0/045$ ) به طوری که وضعیت دانشجویان کارشناسی بهتر بود. در مطالعه‌ی ترشیزی و همکاران (۱۱) این تفاوت در حیطه‌های حافظه و برگزاری امتحانات مشاهده شد که در این دو حیطه وضعیت دانشجویان مقطع دکترای عمومی بهتر بود. دانشجویانی که در طول ترم مطالعه می‌کردند در حیطه‌های مدیریت زمان، وضعیت فیزیکی، توانایی خواندن، یادداشت برداری، انگیزش یادگیری، برگزاری امتحانات و تندرستی از دانشجویانی که فقط شب امتحان مطالعه می‌کردند وضعیت بهتری داشتند و تفاوت بین این دو گروه معنی دار بود ( $P=0/001$ ). بر اساس نتایج مطالعه ترشیزی و همکاران (۱۱)، دانشجویانی که در طول ترم مطالعه می‌کردند در حیطه‌های مدیریت زمان، وضعیت فیزیکی، یادداشت برداری و انگیزش یادگیری به نسبت کسانی که فقط شب امتحان مطالعه دارند، وضعیت بهتری داشتند. در مطالعه‌ی نبوی و عسگریان (۱۴) بر روی دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحد پزشکی تهران، دانشجویانی که در طول ترم جهت امتحان آماده می‌شدند عملکرد تحصیلی بهتری داشتند.

در پژوهش حاضر اکثریت دانشجویان (۶۷ درصد) از هر دو کتاب و جزوه به عنوان منابع مطالعه استفاده می‌کردند که نسبت به دانشجویانی که فقط از کتاب یا جزوه استفاده می‌کردند در حیطه‌های مدیریت زمان، وضعیت فیزیکی، توانایی خواندن و انگیزش یادگیری وضعیت بهتری داشتند. در مطالعه نجی (۱۵) بیشتر دانشجویان از جزوه‌های کلاسی به عنوان منبع مهم مطالعه استفاده می‌کردند.

در این مطالعه دانشجویانی که زمان مطالعه آن‌ها بعد از ظهر یا عصر است در کلیه‌ی حیطه‌های مورد مطالعه وضعیت بهتری نسبت به دانشجویانی که در صبح یا شب مطالعه می‌کنند دارند. اما فقط در حیطه‌های یادداشت برداری ( $P=0/029$ ) و

تندرستی ( $P=0/013$ ) تفاوت معنی داری مشاهده شد. نتایج مطالعه‌ی نوریان و همکاران نیز نشان داد که ۸۰ درصد دانشجویان در ساعات عصر و شب به مطالعه می‌پردازند (۱۷) و در مطالعه‌ی ترشیزی و همکاران (۱۱) وضعیت مطالعه در حیطه‌ی توانایی خواندن در دانشجویانی که در ساعات مختلف شبانه روز مطالعه می‌کردند، نسبت به افرادی که فقط عصرها مطالعه می‌کنند، بهتر بود که بر خلاف یافته پژوهش حاضر است. باید به این نکته توجه کرد که در ساعات روز دانشجویان در کلاس درس حضور دارند و کمتر به مطالعه می‌پردازند و ساعات مطالعه آن‌ها معمولاً پس از اتمام کلاس‌ها و در عصرها است، لذا انتظار می‌رود که مهارت‌ها و عادات خود را در این زمان از روز نشان دهند.

### نتیجه گیری

بررسی نتایج مطالعه حاضر نشان داد که وضعیت عادات مطالعه‌ی دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی کردستان در حد متوسط است که مشابه دانشجویان سایر دانشگاه‌های علوم پزشکی کشور است. این موضوع نشان از نوعی فرهنگ دانشجویی نسبتاً یکسان در خصوص عادات مطالعاتی غیر موثر دارد که محل تامل و بررسی است. با توجه به نقش مطالعه در یادگیری و نقش آن بر عملکرد و پیشرفت تحصیلی دانشجویان و همچنین آینده شغلی آنان این وضعیت مطلوب نیست لذا توجه به این موضوع و برنامه ریزی در جهت بهبود وضعیت مطالعه دانشجویان بسیار ضروری به نظر می‌رسد. باید در نظر داشت که دانشجویان در دوران تحصیل قبل از دانشگاه مهارت‌ها و عادت‌های صحیح مطالعه را فرا نگرفته‌اند و این انتظار که مهارت‌ها و عادات مطالعه‌ی آن‌ها در حد عالی باشد تا حدودی دور از واقع بینی به نظر می‌رسد. همچنین به نظر می‌رسد دانشجویان موفق که عملکرد تحصیلی بهتری دارند بیشتر با اتکا به استعدادها و توانایی‌های فردی و ذاتی خود به این مهم دست یافته‌اند. لذا پیشنهاد می‌شود

در مورد نحوه‌ی نگرش به تحصیل و مطالعه مؤثر هستند لذا تلاش در جهت ارتقای فرهنگ صحیح مطالعه در خوابگاه‌ها می‌تواند در ارتقای تحصیلی دانشجویان مفید واقع شود.

همچنین از یافته‌های این مطالعه می‌توان محطاطانه نتیجه گرفت که آموزش مدیریت زمان و تفهیم نقش مهم زمان مطالعه به دانشجویان می‌تواند کارایی آن‌ها را تحت تاثیر مثبت قرار داده، حتی عملکرد آن‌ها در آینده‌ی شغلی خود بهبود ببخشد.

از کل یافته‌های این پژوهش و مقایسه‌ی آن‌ها با سایر مطالعات مرتبط می‌توان به این نتیجه رسید که عادات و مهارت‌های مطالعه دانشجویان موضوع مهمی برای بررسی بوده، نیازمند برنامه ریزی مبتنی بر شواهد از سوی همه مسوولین آموزشی و فرهنگی دانشگاه‌های علوم پزشکی کشور است.

### تقدیر و تشکر

از کلیه‌ی دانشجویان و همکاران گرامی که در انجام این مطالعه همکاری کردند، تشکر و قدردانی به عمل می‌آید.

### References

1- Sirohi V. A study of underachievement in relation to study habits and attitudes. *J Ind Edu.*2004; 14:9.  
 2- Khadivzade T, Seif AA, Valayi N. Relationship of students' study strategies with their personal characteristics and academic background. *IJME.* 2004; 4 (2): 53-61. [Persian]  
 3- Derossis AM, Rosa DD, Schwartz A, Hauge LS, Bordage G. Study habits of surgery residents and performance on American Board of Surgery In-Training examinations. *Am J Sur.* 2004; 188 (3): 230-6.

علاوه بر برگزاری کارگاه‌های آموزشی روش‌های صحیح مطالعه برای دانشجویان در ابتدای ورود آنان به دانشگاه و همچنین در طول دوران تحصیل و استفاده از کارشناسان مجرب آموزش پزشکی و مشاوران تحصیلی، یک واحد درسی تحت عنوان "عادات و مهارت‌های مطالعه" در برنامه‌ی درسی دانشجویان گنجانده شود. نوحی و همکاران در مطالعه خود اشاره می‌کنند که راهبردهای یادگیری و مطالعه قابل آموزش و یادگیری هستند و با ارتقای این راهبردها احساس رضایتمندی و خودکارآمدی در دانشجویان افزایش می‌یابد (۱۸).

همچنین لازم به نظر می‌رسد در خصوص تاثیر محیط‌های یادگیری بر رفتارها و عادات یادگیری دانشجویان علوم پزشکی مطالعات بیشتری به عمل آید. چون تفاوت بین عادات‌های مطالعاتی دانشجویان ساکن در خوابگاه‌ها و دانشجویان بومی حاکی از نقش محیط‌های یادگیری و فعالیت‌های برنامه ریزی شده مطالعاتی در کسب عادات مطالعاتی دانشجویان است. فرهنگ خوابگاه‌های دانشجویی به عنوان یکی از محیط‌های مهم زندگی و یادگیری دانشجویی برپارادیم ذهنی دانشجویان

4- Godellas CV, Hauge LS, Huang R. Factors affecting improvement on the American Board of Surgery In-Training Examination (ABSITE). *Surgery Res.* 2000; 91 (1): 1-4.  
 5- Boehler ML, Schwind CJ, Folse R. An evaluation of study habits of third-year medical students in a surgical clerkship. *Am J Sur.* 2001; 181 (3): 268-71.  
 6- Koshan M, Heidare A. Survey of study habits in students of Sabzevar College of Medical Sciences. *J Sabzevar College of Medical Sciences.* 2006; 13: 185-9. [Persian]

- 7- Franklin FA. Study habits of undergraduate education students. [Dissertation]. Houston: University of Houston; 2006: 2-8.
- 8- Karame A. Study habits questionnaire (PSSHI). Tehran: Ravan Tajhiz Sina; 2009:2-5 [Persian]
- 9- Shams B, Farshidfar M, Hasanzade A. Effect of consulting on improvement of study revenue of subsiding students. *Iranian Journal of Medical Education*. 1379; 1: 35-9
- 10- Seif AA. Psychology nurture: Learning and teaching psychology. 5th ed. Tehran: Agah; 2001. [Persian]
- 11- Torshizi M, Varasteh S, Poor Rezaei Z, Fasihi R. Study habits in students of Birjand University of Medical Sciences. *IJME*. 2013; 12 (11) :866-876 [Persian]
- 12- Fereidouni Moghadam M, Cheraghian B. Study habits and their relationship with academic performance among students of Abadan School of Nursing. *Strides in Development of Medical Education*. 2009 Vol. 6(1):22-27 [Persian]
- 13- Rouhani A, Akbari M, Mamavi T. Evaluation of study skills among student of Mashhad Dental School in Academic Year. 2008-2009. *Teb va Tazkieh*. 2010;19(4) : 63-74
- 14- Nabavi SJ, Asgarian M. Influential factor on learning among students of Azad university. *Medical Science Journal of Islamic Azad University*. 2004; 14(1):41-48. [Persian]
- 15- Nneji LM. Study habits of Nigerian university students, in Quality Conversations, Proceedings of the 25<sup>th</sup> HERDSA Annual Conference. 2002 July 7-10. Perth Western, Australia:490-6.
- 16- Khurshid F, Tanveer A, Qasmi F. Relationship between study habits and academic achievement among hostel living and day scholars' university students. *British Journal of Humanities and Social Sciences*. 34 2012 Vol. 3 (2)
- 17- Nourian A, Shah Mohammadi F, Mousavi Nasab S, 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*. 2011; 7 (2) :104-111
- 18- Noohi E, Fallahnezhad N, Garoosi B, Haghdoost A. Effect of study-skills training on learning and study strategies, self-efficacy and satisfaction in nursing and midwifery students, Kerman University of Medical Sciences, Iran. *Strides Dev Med Educ*. 2014; 10 (4) :439-449
- 19- Nourian A, Mousavinasab N, Fahri A, Mohammadzadeh A. Medical students' study skills and habits in Zanzan University of Medical Sciences. *Iranian Journal of Medical Education*. 2006; 6 (1) :101-107

## *Students' Study Skills and Habits and Some Related Factors in Kurdistan University of Medical Sciences*

Zarezadeh Y<sup>1</sup>, Rasolabadi M<sup>2</sup>

<sup>1</sup> Kurdistan Research Center for Social Determinates of Health, and Medical Sciences Education, Development Center, Kurdistan University of Medical Sciences, Sanandaj, Iran

<sup>2</sup> Kurdistan University of Medical Sciences, Sanandaj, Iran

**Corresponding author** : Rasolabadi M, Kurdistan University of Medical Sciences, Sanandaj, Iran

**Email:** rasolabady@gmail.com

**Received:** 16 Sep 2014 **Accepted:** 19 Oct 2014

**Background and Objective:** Academic performance is affected by many factors. One of these factors is study habits and study skills. The present study was conducted to determine students' study habits and skills in Kurdistan University of Medical Sciences in the academic year of 2013-2014.

**Materials and Methods:** This descriptive, cross-sectional study was done on students of Kurdistan University of Medical Sciences students who enrolled in the academic year of 2013-14. The study population was 324 subjects, but a total of 245 questionnaires were analyzed. Data was collected using a standardized questionnaire and Palsane & Sharma Study Habits Inventory (PSSHI) and was analyzed using SPSS statistical software. Descriptive statistics and absolute and relative frequency of variables were used. For quantitative variables, mean and standard deviation were used. Independent t-test, Pearson correlation coefficient, as well as logistic regression analysis was used to investigate the effect of different factors on study habits.

**Results:** The mean of total score of students' study habits was  $45.8 \pm 11.1$ . Average score for girls was  $46.1 \pm 11.4$  and for boys was  $45.4 \pm 10.8$  that was not statistically significant between the two ( $p=0.62$ ,  $t=0.49$ ). Comparing the different fields of study habits in both "genders", results indicated that in note-taking field ( $t = 2.46$ ,  $p = 0.015$ ) and health ( $p = 0.028$ ,  $t = 2.20$ ) girls had superiority over boys. Results showed that students who used just books or class pamphlets at the same time were in better situation and this difference was statistically significant ( $p = 0.001$ ).

**Conclusion:** The results of this study showed that the study habits of students of Kurdistan University of Medical Sciences are at the average level which is similar to other medical science universities of the country. Including a course entitled "Study Skills and Habits" in curriculum is recommended.

**Keywords:** Study habits, Study skills, PSSHI, Medical students