

# بررسی مهارت‌های مطالعه‌ی دانشجویان دندانپزشکی

## مشهد در سال تحصیلی ۸۸-۸۷

نویسندگان:

دکتر آرمیتا روحانی<sup>۱</sup> (نویسنده‌ی مسؤول)، دکتر مجید اکبری<sup>۲</sup>، دکتر طیبه مملوی<sup>۳</sup>

### چکیده

**زمینه و هدف:** 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 و یکی از مهم‌ترین دلایلی که دانشجویان از تلاش خود نتیجه‌ی مطلوبی نمی‌گیرند، نداشتن مهارت‌های مطالعه است.

این تحقیق با هدف بررسی مهارت‌های مطالعه‌ی دانشجویان دانشکده‌ی دندانپزشکی مشهد در سال تحصیلی ۸۸-۱۳۸۷ انجام گرفت.

**روش بررسی:** در این مطالعه‌ی توصیفی - مقطعی، ۱۹۰ نفر از دانشجویان دانشکده‌ی دندانپزشکی مشهد در سال تحصیلی ۸۸-۱۳۸۷ مورد پژوهش قرار گرفتند، ابزار گردآوری اطلاعات، پرسش‌نامه بود؛ که روایی و پایایی آن مورد تأیید قرار گرفت. یافته‌های پژوهشی به صورت توزیع فراوانی نسبی توصیف گردید.

**یافته‌ها:** یافته‌های تحقیق نشان داد که دانشجویان آگاهی کافی از مهارت‌های مطالعه ندارند. بیش‌ترین مشکل دانشجویان در زمینه به خاطر سپاری و یادآوری مطالب، تمرکز حواس و مدیریت زمان می‌باشد. همچنین دانشجویان بر مرور و دوره‌ی مطالب خوانده شده اصرار ندارند. ۵۸٪ دانشجویان، با روش مطالعه‌ی فعلی خود، بازدهی دارند اما ۳۸٪ دانشجویان با روش مطالعه‌ی فعلی خود احساس بازدهی کافی ندارند.

**نتیجه‌گیری:** با توجه به نتایج فوق، می‌توان گفت که شیوه‌ی مطالعه و منابع مطالعه‌ی دانشجویان از کیفیت مطلوبی برخوردار نیست که لزوم برنامه‌ریزی جهت آموزش و راهنمایی دانشجویان را مشخص می‌سازد. همچنین آموزش مهارت‌ها و عادات صحیح مطالعه به صورت واحد درسی یا برگزاری کارگاه می‌تواند در یادگیری بهتر متون درسی دانشجویان کمک نماید.

**کلید واژه‌ها** مهارت‌های مطالعه، آموزش، دندانپزشکی، دانشجو، یادگیری

۱- گروه اندودنتیکس دانشکده‌ی دندانپزشکی دانشگاه علوم پزشکی مشهد، مشهد، ایران. (Email: rouhania@mums.ac.ir; amrita\_rouhani@yahoo.com)

۲- گروه ترمیمی و زیبایی دانشکده‌ی دندانپزشکی دانشگاه علوم پزشکی مشهد، مشهد، ایران.

۳- دندانپزشک

## مقدمه

کیفیت و کمیت یادگیری درسی از عوامل گوناگون تأثیر می‌پذیرد. اگر چه عوامل متعددی نظیر سطح عمومی هوش، سلامت جسمی و روانی، انگیزه و علاقه‌مندی به موضوع درسی، آرامش و امکانات محیط زندگی، امکانات آموزشی و کمک آموزشی و قابلیت‌های شناختی بر سطح فراگیری درسی و یادآوری محتوای مطالب آموخته شده مؤثرند اما روانشناسان مشاهده کرده‌اند که حداقل در دوران دانشجویی آن چه بیش‌ترین تأثیر را بر وضعیت عملکرد دانشجویان دارد مهارت‌های عمومی مطالعه، یادگیری درسی و یادآوری مطالب آموخته شده است [۷].

مهارت مطالعه روشی برای کدگذاری، ذخیره‌سازی، نگهداری و بازگویی و استفاده از اطلاعات به روش منطقی، مؤثر و کافی می‌باشد. مهارت مطالعه با کاهش خستگی، اضطراب، صرفه‌جویی در وقت و افزایش انگیزه‌ی دانشجویان، موجب یادگیری بهتر و پیشرفت تحصیلی آن‌ها می‌شود [۸] و با به کارگیری و دانستن آن‌ها می‌توان راندمان مطالعه را بالا برد [۹]. مهارت‌های مطالعه با ایجاد انگیزه در فرد، فعالیت بیشتر او را به دنبال دارد. دانشجویانی که از تلاش خود نتیجه‌ی مطلوبی به دست نمی‌آورند کسانی هستند که فکر می‌کنند می‌توانند درس‌ها را بدون مطالعه‌ی مؤثر فراگیرند [۹]. پس مطالعه‌ی مؤثر با بازدهی بیشتر همانند هر کار دیگری نیاز به مهارت‌های ویژه دارد.

مطالعات انجام شده در حیطه‌ی روانشناختی نیز نشان داده است که راهبردهای مطالعه و یادگیری، با تسهیل یادگیری، عملکرد تحصیلی دانشجویان را بهبود می‌بخشد [۱۰]. شناخت این راهبردهای مطالعه گامی اساسی برای مداخلات آموزشی مناسب می‌باشد [۱۱] و موفقیت دانشجویان را از طریق تعیین نقاط قوت و ضعف مطالعه و تأمین مداخلات مناسب ارتقا می‌بخشد [۱۲].

شمس [۱۳] در مطالعه‌ی خود نشان داد که مشکلات مهارت‌های یادگیری و عدم آشنایی با روش‌های مؤثر و کارآمد مطالعه در شکست تحصیلی دانشجویان مؤثر است. در مطالعه‌ای هم که توسط امینیان [۱۴] در دانشگاه علوم پزشکی یزد انجام شد نشان داده شد که دانشجویان موفق از شیوه‌های مؤثرتری برای مطالعه استفاده کردند.

مطالعات متعدد دیگر نشان داده‌اند که نارسایی در

در نظام آموزشی ما، دانشجویان در طول و پایان هر ترم با انواع آزمون‌ها ارزشیابی می‌شوند اما هیچ توصیه‌ای درباره‌ی نحوه‌ی مطالعه و امتحان دادن، به آن‌ها نمی‌شود. آن‌ها زمان زیادی را صرف مطالعه‌ی خود می‌کنند ولی خیلی کم در مورد بهبود مهارت‌های مطالعه‌ی خود فکر می‌کنند و با همان شیوه‌ی مطالعه در دبیرستان به مطالعه ادامه می‌دهند. پس از ورود به دانشگاه، ماه‌ها طول می‌کشد تا دانشجویان خود را با تفاوت‌های بین مدرسه و دانشگاه تطبیق دهند و معمولاً در پایان دوره‌ی تحصیلی دانشگاهی پس از کسب تجارب بسیار، تعدادی از آن‌ها شیوه‌های مطلوب مطالعه را می‌آموزند؛ ولی اکثر دانشجویان حتی در انتهای دوره، روش‌های مطالعه را به درستی نیاموخته‌اند. یاد گرفتن کتب درسی و اطلاعات علمی تنها به معنای خواندن این مطالب نیست، بلکه به معنای هضم مطالب خوانده شده است. به عبارتی محتوای کتب درسی، نیاز به خواندن فعال جهت آماده کردن این مواد برای هضم مغزی دارند [۱].

خواندن، یک فعالیت پیچیده و یک قسمت اساسی و ضروری در سیستم‌های مطالعاتی دانشجویی می‌باشد و هیچ روشی به تنهایی نمی‌تواند پاسخگوی همه‌ی موقعیت‌ها باشد [۲]. مطالعه، فرآیند ذهنی با اصول و شرایط خاص خود است. منظور از شرایط مطالعه، مواردی هستند که با دانستن، به کارگیری و یا فراهم نمودن آن‌ها می‌توان مطالعه‌ای مفیدتر و با بازدهی بالاتر داشت [۳]. مطالعه‌ی ثمر بخش به دو عامل علاقه به مطلب خواندنی و کاربرد ماهرانه‌ی فنون مطالعه بستگی دارد.

علاقه نسبت به مطلب خواندنی سبب می‌شود تا شخص به مطالعه‌ی بیش‌تر بپردازد و مطالعه‌ی بیش‌تر منجر به بهتر شدن کاربرد فنون مطالعه می‌گردد [۴]. کاربرد فنون بهتر، مطالعه را آسان‌تر، سریع‌تر و لذت بخش‌تر می‌سازد. در نتیجه خواننده نسبت به مطالب علاقه‌ی بیش‌تری پیدا می‌کند و سبب می‌شود تا او به مطالعه‌ی بیش‌تر بپردازد و از خواندن مطالبی که باید بخواند دوری نکند [۲]. افراد روش مطالعاتی و یادگیری یکسانی ندارند و بر حسب شرایط، علایق و عادات موجود، از شیوه‌های مختلفی استفاده می‌کنند [۵]. پس روش مطالعه‌ی هرکس تقریباً منحصر به فرد است [۶].

(سؤال‌های ۹ و ۱۲)، دو سؤال مربوط به به خاطر سپاری و یادآوری مطلب (سؤال‌های ۶ و ۸) بود. پاسخ سؤالات به صورت همیشه، گاهی اوقات و هیچ طرح شد. منبع طرح پرسش‌ها، کتاب مهارت‌های مطالعه در دانشگاه، کتاب روش‌های یادگیری و مطالعه و مقالات مشابه بود. پرسش‌نامه‌ها پس از طراحی، برای بررسی روایی محتوا، در اختیار پنج تن از مسئولان آموزشی و اساتید صاحب نظر دانشکده قرار گرفتند و پس از اصلاحات لازم، برای بررسی پایایی، در دو زمان مختلف به یک گروه محدود از افراد جهت پاسخ‌دهی داده شد. در مرحله‌ی بررسی پایایی، ۵۰ نفر دانشجویان از مقاطع مختلف، در فاصله‌ی زمانی یک ماه مورد پرسش قرار گرفتند. پس از بررسی پایایی پرسش‌نامه‌ها توسط کارشناس آمار با انجام آزمون t-student، شش سؤال که پایا نبودند، حذف شدند و تعداد سؤالات پرسش‌نامه از ۱۸ سؤال به ۱۲ سؤال کاهش یافت. پس از اصلاح، پرسش‌نامه‌ها بدون نام بین دانشجویان دانشکده‌ی دندانپزشکی مشهد توزیع گردید. قبل از دادن پرسش‌نامه به افراد، توضیح در رابطه با موضوع پرسش‌نامه و اهداف آن داده شد. برای توزیع تعدادی از پرسش‌نامه‌ها بین دانشجویان سال‌های سوم، چهارم و پنجم از نماینده‌های کلاس‌ها استفاده شد و تعدادی از افراد از طریق مصاحبه‌ی تلفنی حاضر به همکاری برای پر کردن پرسش‌نامه‌ها شدند و تعدادی هم به صورت حضوری پرسش‌نامه‌ها را پر کردند. توزیع پرسش‌نامه‌ها بین دانشجویان سال ششم که در حال گذراندن واحد پایان‌نامه بودند، بیش‌تر حضوری صورت گرفت. گروهی که دسترسی به آن‌ها کمی مشکل‌تر بود، دانشجویان سال‌های اول و دوم بودند که در دانشکده‌ی پزشکی مشغول به تحصیل بودند که تعدادی از پرسش‌نامه‌ها به صورت حضوری و تعدادی نیز تلفنی پر شد. از تعداد ۲۵۰ پرسش‌نامه‌ی توزیع شده، حدود ۱۹۰ نفر از دانشجویان پرسش‌نامه‌ها را تکمیل و عودت دادند. پس از جمع‌آوری پرسش‌نامه‌ها، اطلاعات در برنامه‌ی SPSS کدگذاری شد و جداول و نمودارهایی برای هر سؤال رسم شد. همچنین پس از بررسی نرمال بودن داده‌ها با استفاده اززمون کولموگوروف - اسمیرنوف، با کمک آزمون AN - VA و دانکن بین پاسخ‌های مختلف بررسی شد ( $\alpha=0/05$ ).

مهارت‌های یادگیری و مطالعه می‌تواند تمامی مزایای یک محیط آموزشی مطلوب و حتی قابلیت‌های هوشی، شخصی و سلامت جسمی - روانی مساعد خود را تحت‌الشعاع قرار دهد و از طرفی در صورت کارآمدی، می‌تواند بسیاری از نارسایی‌های احتمالی موجود در محیط آموزشی و یا حتی کاستی در انگیزش تحصیلی و سلامت جسمی - روانی را که می‌تواند تأثیر نامطلوبی بر عملکرد فرد داشته باشد، تعدیل یا جبران نماید. به عنوان مثال در مطالعه‌ی بروی دانشجویان ۲۱ دانشگاه علوم پزشکی کشور مشخص شده است که بیش از ۳۲٪ این دانشجویان از فقر شدید مهارت‌های مطالعه رنج می‌برند و معدل درسی آن‌ها نیز «ج» و پایین‌تر است [۷]. فالك در مطالعه‌اش نشان داد که ناکافی بودن مهارت‌های مطالعه در افت تحصیلی دانشجویان مؤثر است. افت تحصیلی دانشجویی یکی از مشکلات عمده‌ی مراکز آموزش عالی کشور است که نه تنها باعث اتلاف وقت و هزینه‌های جاری این مراکز می‌شود، بلکه باعث ایجاد مسائل و مشکلات روحی و اجتماعی برای دانشجویان نیز می‌شود. پس یکی از مهم‌ترین وظایف دانشجویان دندانپزشکی، با توجه به آن که در مدت طولانی تحصیلی خود با حجم بسیار متنوع از مطالب و کتب درسی روبه‌رو هستند، دانستن روش‌های صحیح مطالعه است. لذا این تحقیق با هدف بررسی مهارت‌های مطالعه‌ی دانشجویان دانشکده‌ی دندانپزشکی مشهد در سال تحصیلی ۸۸-۱۳۸۷ انجام گرفت.

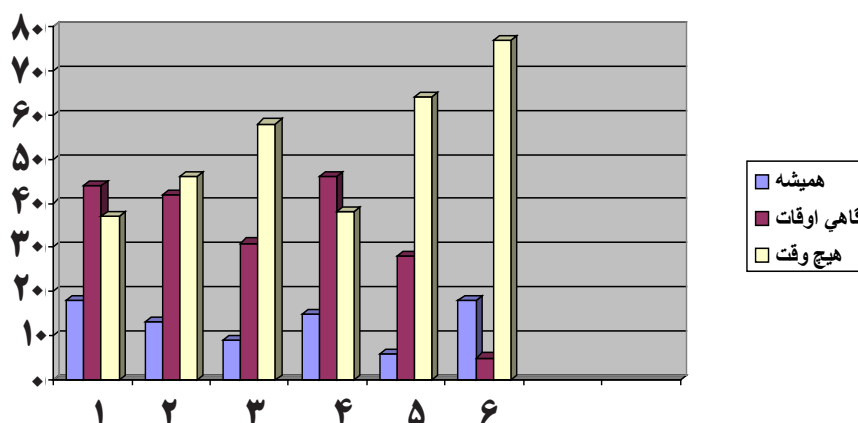
#### مواد و روش بررسی:

این پژوهش، مطالعه‌ای توصیفی مقطعی بوده و جامعه‌ی آماری، دانشجویان سال‌های اول تا ششم در سال تحصیلی ۸۷-۸۸ در دانشکده‌ی دندانپزشکی مشهد بود. ابزار گردآوری اطلاعات، پرسش‌نامه و شیوه‌ی گردآوری اطلاعات به صورت میدانی بود. سؤالات موجود در پرسش‌نامه حیطه‌های گوناگونی از مهارت‌ها و عادات مطالعه را شامل شدند که تعداد سه سؤال مربوط به مدیریت زمان (سؤال‌های ۱ و ۷ و ۱۰)، دو سؤال مربوط به مهارت خواندن (سؤال‌های ۲ و ۳)، دو سؤال مربوط به خلاصه‌نویسی و یادداشت‌برداری و طرح سؤال (سؤال‌های ۴ و ۵)، یک سؤال مربوط به سرعت مطالعه و درک مطلب (سؤال ۱۱)، دو سؤال مربوط به منابع مطالعه

### یافته‌ها:

در رابطه با خلاصه‌نویسی و یادداشت برداری موقع خواندن، ۱۵٪ کل دانشجویان همیشه و ۴۶٪ دانشجویان گاهی اوقات این کار را انجام می‌دهند و ۳۸٪ دانشجویان هیچ وقت موقع خواندن از کتاب درسی خلاصه‌ای تهیه نمی‌کنند. در رابطه با طرح سؤال موقع خواندن برای فهم بهتر، ۶٪ کل دانشجویان همیشه و ۲۸٪ دانشجویان گاهی اوقات این کار را انجام می‌دهند و ۶۴٪ دانشجویان هیچ وقت موقع خواندن برای خود سؤالی طرح نمی‌کنند. در رابطه با مرور کردن مطالب خوانده شده، آخر شب قبل از خواب، ۱۸٪ دانشجویان گاهی اوقات این کار را انجام می‌دهند و ۷۷٪ دانشجویان هیچ وقت مطالب خوانده شده را مرور نمی‌کنند (شکل ۱).

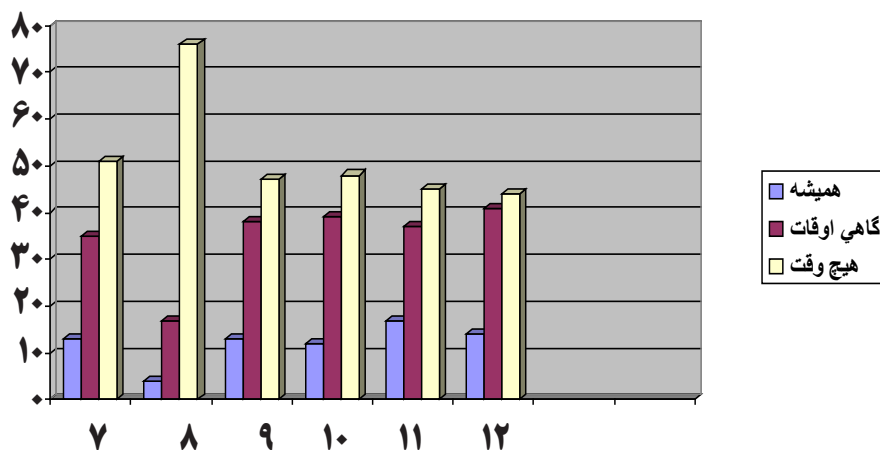
پس از بررسی پرسش‌نامه‌ها اطلاعات زیر بدست آمد: در رابطه با میزان برنامه‌ریزی دانشجویان برای درس خواندن، ۱۸٪ دانشجویان عنوان کردند که همیشه برای مطالعه‌ی خود برنامه‌ریزی دارند، ۴۴٪ دانشجویان گاهی اوقات برنامه‌ریزی دارند و ۳۷٪ افراد هیچ وقت برای درس خواندن برنامه‌ریزی ندارند. در رابطه با پیش‌خوانی کردن مطالب قبل از خواندن مطلبی، ۱۳٪ کل دانشجویان همیشه و ۴۲٪ دانشجویان گاهی اوقات این کار را انجام می‌دهند و ۴۶٪ دانشجویان هیچ وقت قبل از خواندن پیش‌خوانی نمی‌کنند. در رابطه با تشخیص قسمت‌های مهم یک فصل، ۹٪ کل دانشجویان همیشه و ۳۱٪ دانشجویان گاهی اوقات در تشخیص قسمت‌های مهم یک فصل مشکل دارند و ۵۸٪ دانشجویان هیچ وقت این مشکل را ندارند.



شکل ۱ - پاسخ دانشجویان به سؤالات ۱ تا ۶:  
 ۱: برنامه‌ریزی برای درس خواندن  
 ۲: پیش‌خوانی مطالب  
 ۳: عدم توانایی در تشخیص قسمت‌های مهم مطلب  
 ۴: خلاصه‌نویسی و یادداشت برداری  
 ۵: طرح سؤال در زمان مطالعه  
 ۶: مرور مطالب قبل از خواب

در رابطه با شروع مطالعه با موضوعات مشکل و خسته کننده و ادامه‌ی خواندن با موضوعات آسان و مورد علاقه، ۱۳٪ کل دانشجویان همیشه و ۳۵٪ دانشجویان گاهی اوقات این کار را انجام می‌دهند و ۵۱٪ دانشجویان هیچ وقت این کار را نمی‌کنند. در رابطه‌ی دوره کردن مطالب خوانده شده در پایان هفته، ۴٪ کل دانشجویان همیشه و ۱۷٪ دانشجویان گاهی اوقات این کار را انجام می‌دهند و ۷۶٪ دانشجویان هیچ وقت مطالب خوانده شده را در پایان هفته دوره نمی‌کنند. در رابطه با مطالعه‌ی مجدد مطالب تدریس شده در کلاس از روی کتب درسی، ۱۳٪ کل دانشجویان همیشه و ۳۸٪ دانشجویان گاهی اوقات این کار را انجام می‌دهند و ۴۷٪ دانشجویان هیچ وقت مطالب تدریس شده در کلاس را مجدداً از کتاب درسی مطالعه نمی‌کنند.

در رابطه با توجه به شکل‌ها و نمودارهای کتاب حین مطالعه و یا استفاده از کتب و مقالات دیگر برای یادگیری بهتر، ۱۲٪ کل دانشجویان همیشه و ۳۹٪ دانشجویان گاهی اوقات این کار را انجام می‌دهند و ۴۸٪ دانشجویان هیچ وقت این کار را نمی‌کنند. در رابطه با کند خوانی و دوباره خوانی جمله، ۱۷٪ کل دانشجویان همیشه و ۳۷٪ دانشجویان گاهی اوقات این کار را انجام می‌دهند و ۴۵٪ دانشجویان هیچ وقت این کار را نمی‌کنند. در رابطه با منبع مطالعه برای امتحان، ۱۴٪ کل دانشجویان همیشه و ۴۱٪ دانشجویان گاهی اوقات از جزوه درسی استفاده می‌کنند و کتاب نمی‌خوانند و ۴۴٪ دانشجویان هیچ وقت این کار را نمی‌کنند (شکل ۲).



شکل ۲ - پاسخ دانشجویان به سؤالات ۷ تا ۱۲:  
 ۷: شروع مطالعه با موضوعات دشوار  
 ۸: دوره کردن مطالب در آخر هفته  
 ۹: مطالعه‌ی مجدد مطالب کلاس از کتاب  
 ۱۰: توجه به شکل‌ها و نمودارها  
 ۱۱: دوباره خواندن مطالب در زمان مطالعه  
 ۱۲: استفاده منحصر از جزوه‌ی درسی

### بحث و نتیجه‌گیری:

با توجه به این که روش مطالعه‌ی دانشجویان در یادگیری و پیشرفت تحصیلی آن‌ها مؤثر است و فرآیند حاصل در مهارت‌های شناختی و عملی و در نهایت سرنوشت شغلی آن‌ها نقش دارد؛ لازم است به آن توجه و در جهت بهبود آن برنامه‌ریزی شود. برنامه‌ریزان آموزشی توجه ویژه‌ای به عوامل مؤثر بر یادگیری دارند و لازم است از مهارت‌ها و الگوی مطالعاتی و منابع مورد استفاده‌ی دانشجویان مطلع باشند تا با شناخت نقاط قوت و ضعف مهارت‌ها، امکان تغییر برنامه در جهت پیشرفت تحصیلی و دستیابی به هدف‌های آموزشی را فراهم نمایند.

این مطالعه با هدف تعیین و بررسی مهارت‌های مطالعه‌ی دانشجویان دانشکده‌ی دندانپزشکی مشهد در سال تحصیلی ۱۳۸۷-۱۳۸۸ طراحی شد. در این مطالعه، شیوه‌ی مطالعه‌ی دانشجویان توسط پرسش‌نامه مورد بررسی قرار گرفت. در پرسش‌نامه‌ی مورد بحث، سؤالاتی در حیطه‌های مختلف مهارت مطالعه و خواندن طرح شد که از آن‌ها می‌توان به خواندن، مدیریت زمان و بهره‌وری از آن، تمرکز حواس، خلاصه نویسی و یادداشت برداری، منابع مطالعه، به خاطر سپاری و یادآوری، سرعت مطالعه و نظائر آن اشاره کرد.

در زمینه‌ی خواندن، در مطالعه‌ی ما، نزدیک به نیمی از دانشجویان (۴۶٪) قبل از خواندن مطلبی، آن را پیش خوانی نمی‌کنند. در مطالعه‌ی ریبعی عنوان شد که پیش‌خوانی، زمینه‌ی اطلاعاتی که باعث جامعیت خواندن خواهد شد، ایجاد می‌کند. پیش‌خوانی کتاب شامل خواندن مقدمه، معرفی کتاب و فهرست کتاب جهت پی بردن به سازمان دهی و ساختار کتاب، عنوان‌ها و رویکردهای اصلی کتاب است [۱]. استفاده از روش‌های کلی در یادگیری مطالب بازده بیش‌تری نصیب فراگیر می‌کند [۱۶]. زمانی در مطالعه‌ی خود بیان می‌کند که مطالعه و یادگیری کلیات موضوع، علیرغم ویژگی سخت و خشن بودن آن، برای حفظ خاطرات به صورت آشکارتری نسبت به روش جزء به جزء برتری دارد. این روش امکان می‌دهد که یادگیری سریع‌تر انجام شود. نکته‌ی مهم این است که با این روش، نگهداری و ضبط خاطره، طولانی‌تر و ماندگارتر خواهد بود [۱۷].

در مطالعه‌ی ما، ۵۸٪ دانشجویان عنوان کردند که در تشخیص قسمت‌های مهم یک فصل مشکل ندارند که این

نسبت در مطالعه‌ی حسینی ۶۴/۲٪ بود [۸]. زمان یکی از بهترین سرمایه‌هایی است که دانشجو در اختیار دارد و در عین حال می‌تواند بی‌مصرف‌ترین آن‌ها باشد [۱]. در مطالعه‌ی راوری و همکاران [۱۸] مشخص شد که یکی از استراتژی‌هایی که برای کاهش استرس در زمان تحصیلات دانشگاهی توصیه می‌شود مدیریت زمان مطالعه می‌باشد. در مطالعه‌ی حسینی و همکاران [۸] ۱۸/۲٪ از دانشجویان اغلب برای مطالعه‌ی آن چه که می‌خواندند زمان زیادی را صرف می‌کردند، ۶۵/۶٪ اغلب شب امتحان ساعت‌ها به صورت فشرده مطالعه می‌کردند که باعث افزایش اضطراب و خستگی زیادی می‌شود. در مطالعه‌ی راوری و همکاران [۱۸] همچنین مشخص شد که اغلب دانشجویان در طول ترم تحصیلی برنامه‌ی مدونی برای مدیریت زمان مطالعه‌ی خود ندارند. با این حال موفق به گذراندن واحدهای درسی با معدل نسبتاً خوب می‌شوند که این موضوع به این دلیل است که در حال حاضر تنها ملاک ارزشیابی دانشجویان، نمره‌ی اخذ شده‌ی حاصل از امتحان می‌باشد و دانشجویان با صرف حداقل وقت به نمره‌ی مد نظر خود می‌رسند و طبیعتاً دلیلی ندارد که در جهت مدیریت زمان خود تلاش و همت بیشتری به خرج دهند. در مطالعه‌ی ما سؤالاتی در حیطه‌ی مدیریت زمان مطرح شد که مواردی مانند برنامه‌ریزی برای درس خواندن، شروع مطالعه با موضوعات مشکل و خسته کننده و بعد ادامه‌ی مطالعه با خواندن موضوعات آسان و مورد علاقه، توجه به شکل‌ها و نمودارهای کتاب و استفاده از کتب و مقالات دیگر را در بر می‌گرفت.

در مطالعه‌ی حال حاضر ۳۷٪ دانشجویان برای مطالعه‌ی خود برنامه‌ریزی ندارند. در پژوهش محمدی و همکاران [۱۲] فقط ۱۶٪ دانشجویان برای مطالعه، برنامه‌ریزی منظم و مشخص در آخر ترم داشتند. در مطالعه‌ی سید محمد حسینی [۸] این نسبت ۸۲٪ بود. در مطالعه‌ی Reid [۶] داشتن برنامه‌ی منظم برای مطالعه و مطالعه‌ی عمیق همراه با تمرکز در درک بهتر دانشجویان مؤثر نشان داده شده است. نتایج پژوهش Steinert و همکاران [۱۹] نشان داد که با برگزاری کارگاه آموزشی مدیریت زمان، مهارت‌های مدیریت زمان، تعیین اهداف و اولویت بندی وظایف افراد شرکت کننده در کارگاه ارتقا یافت.

در زمینه‌ی تمرکز حواس در این مطالعه، نزدیک به ۶۰٪ افراد اغلب یا همیشه حین مطالعه حواسشان پرت می‌شود. در مطالعه‌ی حسینی [۸] ۴۱/۶٪ از افراد، اغلب یا گاهی در کنار رادیو و تلویزیون مطالعه می‌کردند که عامل بسیار مهمی در به هم زدن تمرکز حواس می‌باشد و ۲۳/۴٪ اغلب در مطالعه‌ی طولانی حواسشان پرت می‌شود. در مطالعه‌ی امینیان [۱۴] عدم تمرکز حواس هنگام مطالعه ۲۵/۴۲٪ عنوان شد. در مطالعه‌ی کوشان [۲۰] ۷۸/۵٪ دانشجویان همیشه یا گاهی حواس پرتی داشتند. در مطالعه‌ی نوریان [۲۱] عنوان شد که شرط اول یادگیری، تمرکز حواس است و سکوت، یکی از اصول مهم جهت تمرکز حواس و یادگیری است. در مطالعه‌ی حسینی [۸] میزان تمرکز با پیشرفت تحصیلی، همبستگی مثبت و معناداری را نشان داد. در زمینه‌ی خلاصه‌نویسی و یادداشت برداری از کتاب درسی، در مطالعه‌ی ما ۳۸٪ دانشجویان هیچ وقت این کار را انجام نمی‌دهند که در مطالعه‌ی کوشان [۲۰] این نسبت ۳۴/۳٪ بود.

در مطالعه‌ی محمدی [۱۲] ۷۱/۳٪ دانشجویان از اهمیت یادگیری حین مطالعه آگاه بودند و فقط ۶۴/۴٪ آن‌ها اقدام به یادداشت برداری می‌کردند. در مطالعه‌ی نوریان [۲۱] مشخص شد که دانشجویان در زمینه‌ی درک مطلب، عادات مطالعه و یادداشت برداری حین مطالعه در مقایسه با سایر موارد وضعیت مناسب‌تری دارند. در مطالعه‌ی نیکزاد [۹] معلوم شد که بهترین نت برداری هنگامی است که مطالب یک بخش یا فصلی از کتاب به انجام رسیده است و نکات مهم و فرعی مطالب نیز علامت گذاری گردیده است. در مطالعه‌ی ما ۶۴٪ دانشجویان موقع خواندن، هیچ‌گونه سوآلی برای فهم بهتر طرح نمی‌کنند که آمار بالایی است. در حالی که، طرح سؤال فرد را مجبور به تمرکز کردن و خواندن انتخابی لغات و کلید واژه‌ها و عبارات اصلی می‌کند [۱].

در مطالعه‌ی ما مشخص شد که بیش از نیمی از دانشجویان (۵۵٪)، همیشه یا گاهی اوقات از جزوات درسی برای امتحانات استفاده می‌کنند و کتاب نمی‌خوانند و تنها حدود ۴۷٪ از افراد در طول ترم مطالب تدریس شده در کلاس را مجدداً از کتاب درسی مطالعه می‌کنند. در مطالعه‌ی

مردانیان و همکاران [۵]، منبع مطالعه‌ی طول ترم اکثریت دانشجویان (۴۵٪)، کارورزان (۶۳٪) و دستیاران (۸۳٪) کتاب درسی بوده و منبع مطالعه‌ی حوالی امتحان برای اکثریت دانشجویان (۸۹٪) و کارورزان (۸۰٪) جزوات درسی بوده است که این منبع برای اکثریت دستیاران (۶۶٪) کتب درسی بوده است. در مطالعه‌ی محمدی [۱۲] منبع مطالعاتی اکثر دانشجویان (۶۰٪) جهت امتحان پایان ترم، جزوه‌های کلاسی بود. استفاده‌ی دانشجویان از جزوه که به حداقل‌های آموزشی اشاره داشته ولی خلاصه‌ای سازمان یافته و گاه قابل درک‌تر از کتاب ارائه می‌دهد، باعث وابستگی دانشجو شده و او را از مطالعه‌ی متون گسترده و اصلی باز می‌دارد [۵]. جزوات علاوه بر این که به علت مراحل مختلف تهیه‌ی آن‌ها عاری از مطالب اشتباه نیست به علت نداشتن الگوی مناسبی که کتاب‌های درسی از آن‌ها پیروی می‌کنند و نیز به علت نداشتن شکل و نمودار و جداول لازم، نمی‌توانند جایگزین خوبی برای کتب درسی شوند. در مطالعه‌ی مردانیان [۵] پیشنهاد شد که باید به کارگیری کتب اصلی در آموزش دانشجو تأکید شود و داشتن تعداد کافی کتب اصلی در کتابخانه، برنامه‌ی مناسب بخش‌ها و حجم کاری دانشجویان و دستیاران می‌تواند در بهبود الگوی مطالعاتی دانشجویان مؤثر واقع شود.

در زمینه‌ی به خاطر سپاری و یادآوری مطالب در مطالعه‌ی ما ۷۷٪ دانشجویان مطالبی را که خوانده‌اند، آخر شب قبل از خواب مرور نمی‌کنند و حدود ۷۶٪ افراد نیز در پایان هفته مطالب خوانده شده را دوره نمی‌کنند. در مطالعه‌ی محمدی [۱۲]، ۲۱/۵٪ افراد معتقد بودند که تعریف و تکرار بهتر از یادگیری شناختی است. مرور و دوره کردن مطالب خوانده شده پیش از خواب، به جایگزینی آن‌ها در ذهن کمک می‌کند؛ چون قبل از خواب دانشجو احساس آرامش بهتری دارد و تمرکز حواس بیشتری را روی نکاتی که می‌خواند، دارد. این اطلاعات هنگامی که فرد می‌خواهد، در ذهن می‌ماند اما یادآوری کلیه‌ی بحث‌ها و تصاویر و گفتگوها و سایر اتفاقاتی که در طول روز افتاده، به پایین‌ترین سطح ممکن می‌رسد [۱]. [۲۲] Pauk در مطالعه‌ی خود عنوان کرد که بهترین زمان برای دوره‌ی سریع مطالب نیم ساعت پیش از خواب است.

باید از کلمات در جهت رسیدن به مفاهیم و واقعیاتی که نویسنده در نظر دارد، استفاده کرد [۲۲].

۶ - خواندن مطالب فقط یکبار سریع و با تمرکز [۱].  
با توجه به نتایج فوق، نتیجه‌گیری می‌شود که در بیش‌تر حیطه‌ها، مهارت‌های مطالعه مناسب و کافی نبود. شیوه‌ی مطالعه و منابع مطالعه‌ی دانشجویان از کیفیت مطلوبی برخوردار نبود. اغلب دانشجویان در طول ترم تحصیلی برنامه‌ی مدونی برای مدیریت زمان مطالعه‌ی خود ندارند و همچنین برای درس خواندن برنامه‌ریزی خاصی ندارند. بیش‌ترین مشکل دانشجویان در زمینه‌ی به خاطر سپاری و یادآوری مطالب، تمرکز حواس و مدیریت زمان می‌باشد.

### نتیجه‌گیری

با توجه به مطالعه و نتایج، نیاز به افزایش توانمندی دانشجویان در زمینه‌ی مهارت‌های مطالعه احساس می‌گردد که می‌تواند از طرق زیر انجام گردد:

- ۱- برگزاری کارگاه‌های چند ساعته برای افزایش مهارت‌ها در ترم اول.
- ۲- قرار دادن واحدی اختیاری که در ترم اول هر سال تحصیلی برای کلیه‌ی دانشجویان قابل انتخاب باشد.
- ۳- فراهم کردن زمینه‌های مطالعاتی در این حیطه و تشویق دانشجویان به نگرش علمی به شیوه‌های مطالعه.

در زمینه‌ی سرعت و درک مطالعه در مطالعه‌ی ما، ۵۵٪ افراد هنگام مطالعه بسیار به عقب بر می‌گردند و جمله را دوباره می‌خوانند و در کل افراد کند خوانی هستند. گفته شده است که این طرز خواندن و برگشت به عقب، زمان زیادی را تلف می‌کند [۲۳]. راهکارهایی برای افزایش سرعت مطالعه پیشنهاد شده است:

- ۱ - داشتن زمینه‌ی ذهنی قبل از شروع به خواندن یک کتاب [۱]. بنا به نظر Pauk [۲۲] این کار باعث می‌شود که طبقه‌بندی مناسبی در ذهن فرد ایجاد شود که زاینده‌ی دو نیروی قوی یعنی پیش‌بینی و تمرکز است.
- ۲ - استفاده از یک راهنما هنگام مطالعه مثل مداد که باعث جلوگیری از برگشت چشم و هم چنین افزایش تمرکز می‌شود.
- ۳ - خودداری از بلند خوانی و لب خوانی
- ۴ - تغییر سرعت خواندن بسته به نوع متنی که خوانده می‌شود. قسمت‌های مختلف یک کتاب درسی باید با سرعت‌های متفاوتی خوانده شود. مثلاً خواندن مقدمه‌ی کتاب باید سریع باشد ولی چیزهایی هست که نباید سریع از روی آن‌ها گذشت مثل اسامی، مکان‌ها، موضوعات اصلی و نظائر آن‌ها [۱].
- ۵ - از ورای کلمات به دنبال مفاهیم و اصول بودن. یعنی نباید سعی شود که «کلمات» به خاطر سپرده شوند، بلکه

### تشکر و قدردانی

از همکاری معاونت پژوهشی دانشکده‌ی دندانپزشکی و دانشگاه علوم پزشکی مشهد که حمایت مالی را برای انجام این پژوهش فراهم کردند، تقدیر و تشکر می‌گردد.



## Evaluation of Study Skills among Student of Mashhad Dental School in Academic Year 2008-2009

**Author:** Armita Rouhani<sup>1\*</sup>, Majid Akbari<sup>2</sup>, Tayebe Mamavi<sup>3</sup>

### Abstract

#### Background and objective:

Psychologists have observed that during the student career what have the most effect on academic performance status are the general study skills. One important reason that some students do not achieve desired results from their efforts is lack of study skills. It is useful for education managers to have information about student's capabilities. The purpose of this research was to evaluate study skills among students of Mashhad Dental School in the academic year of 2008-2009.

#### Methods:

One hundred and ninety students from Mashhad Dental School participated in this cross sectional descriptive study. A questionnaire which proved to be valid and reliable was used for data collection. Data were analyzed with SPSS software and described with descriptive statistics.

#### Results:

Our research findings showed that students do not have enough knowledge of study skills. The greatest shortcomings were in the fields of reminding and remembering the subjects, concentration and time management. Study resources of most students for final examination were fascicles and during the semester were textbooks. The students also do not insist on review of learned contents. 58% of students had efficient methods, but 38% did not have a good efficient method.

#### Conclusion:

The students' resources and techniques of studying lack the desired quality. This should be considered by education department officials. It is essential to schedule training programs for students to enhance their study skills. Teaching these skills and improving study habits by carrying out relevant workshops for first-year students can help to improve their learning.

**Key words:** *Medical, Student, Academic Performance, Study Skills*

---

1- Assistant Professor, Department of Endodontics, School of Dentistry, Mashhad University of Medical Sciences, Mashhad, Iran  
(\* Correspondence: rouhania@mums.ac.ir; amrita\_rouhani@yahoo.com)

2- Associated Professor, Department of Restorative Dentistry, School of Dentistry, Mashhad University of Medical Sciences, Mashhad, Iran

3- Dentist

## References:

1. Rabee A, Yavari M, Yousefian A. Study skills in university. First ed. Isfahan: Kankash; 1382
2. Seif A. Methods of learning and study. 3th ed. Tehran: Douran; 1380
3. Alipour B. Study conditions. First ed. Tehran: Deklamegar; 1376
4. Seif A. Training psychology. 7th ed. Tehran: Agah; 1382
5. Mardanian F, Kazeroni zade M. Evaluation of study patterns in different study steps in gynecology students of Shahid Beheshti hospital of Esfahan. Iranian Journal of Medical Education 1382; 3: 68-70
6. Reid WA, Duvall E, Evans P. Can we influence medical students' approaches to learning? Med Teach 2006; 27: 401-407
7. Gholizade F. Correct methods of study & learning. First ed. Tehran: Sherkat Sahami Enteshar; 1380
8. Hoseini M, Ahmadiye M, Abbasi M, Eslami SH. Evaluation of study skills in licentiates degree students of hygiene faculty of Yazd. Journal of Education Development Center 1385; 5: 88-93
9. Nikzad M. Guide of medical acquisition in Iran. 2th ed. Tehran: Agah; 1382. P.69-81
10. Olejnik S, Nist SI. Identifying latent variables measured by learning and study inventory. J Exe Edu 1998; 151-159
11. Prus J, Hatcher L, Hope M. The learning and study strategies inventory as a predictor of first year academic success. Journal of the freshman years Experience 1995; 7: 7-26
12. Mohammadi M, Dadkhah B, Mozafari N, Nemati N. Evaluation of knowledge about efficient study in students of universities in Ardebil. Journal of Semnan University of Medical Sciences 1386; 9: 93-98
13. 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
14. Seif A, Aminian A. Evaluation of study skills in Shahid Sadooghi University students in Yazd. Master degree, 13630, Allametabatabae University of Tehran, 1373-74
15. Falk DR, Aitken LP. Promoting retention among American Indian college student. J American Indian Educ 1984; 23: 24-31.
16. Ahmadvand M. A comparison study about learning & study skills between higher and lower student in Sistan and Balochestan University. Zahedan Journal of Research in Medical Sciences 1380; 7-20
17. Zamani S. How to have the best memory? 3th ed. Tehran: Ghoghnoos; 1382. P.72
18. Ravari A, Alhani F, Anoushe M, Mirzaee T. Study time management in students of Kerman University of Medical Sciences. Iranian South Medical Journal 1387; 11:76-84
19. Steinert Y, Nasmith L, Diagle N. Executive skills for medical faculty: a work shop description and evaluation. Med Teach 2003; 25: 666-668
20. Koshan M, Heidari A. Evaluation of study habits in students of Sabzevar School of Medicine. Quarterly Journal of Sabzevar University of Medical Sciences 1385; 13: 185-189
21. Nourian A, Mosavinasab N, Fahri A, Mohammadzade A. Study skills & habits in students of medicine in Zanjan. Iranian Journal of Medical Education 1385; 6: 101-106
22. Pauk W. How to study in college. 6th ed. Boston: Houghton Mifflin company. 1997: 261-285
23. Mohammadi S. Self-teaching of quick reading and improvement of memory. 2th ed. Tabriz: Akhtar; 1373. P.168

### بسمه تعالی

پرسش‌نامه‌ی حاضر، جهت بررسی مهارت‌های مطالعاتی دانشجویان دانشکده‌ی دندانپزشکی مشهد در سال تحصیلی -۸۸  
۱۳۸۷ تدوین شده است. لطفاً با پاسخگویی دقیق به سؤالات، ما را در انجام تحقیق یاری به فرمایید.  
با تشکر از همکاری شما

سال تحصیلی دانشجو: اول  دوم  سوم  چهارم  پنجم  ششم

۱) من برای درس خواندن برنامه‌ریزی می‌کنم و به آن عمل می‌کنم.

همیشه  گاهی اوقات  هیچ

۲) من قبل از خواندن مطالبی آن را پیش خوانی می‌کنم (خواندن مقدمه - فهرست - اهداف - خلاصه‌ی آخر فصل).

همیشه  گاهی اوقات  هیچ

۳) من در تصمیم‌گیری در مورد این که کدام قسمت یک فصل مهم است مشکل دارم.

همیشه  گاهی اوقات  هیچ

۴) موقع خواندن از کتاب درسی‌ام خلاصه تهیه می‌کنم.

همیشه  گاهی اوقات  هیچ

۵) موقع خواندن برای فهم بهتر، برای خودم سؤال طرح می‌کنم.

همیشه  گاهی اوقات  هیچ

۶) من آخر شب، قبل از خواب، مطالبی را که خوانده‌ام مرور و دوره می‌کنم.

همیشه  گاهی اوقات  هیچ

۷) من مطالعه را با موضوعات خسته کننده یا مشکل شروع می‌کنم و بعد موضوعات آسان‌تر و مورد علاقه را می‌خوانم.

همیشه  گاهی اوقات  هیچ

۸) من مطالبی را که خوانده‌ام هر هفته دوره می‌کنم.

همیشه  گاهی اوقات  هیچ

۹) مطالب تدریس شده در کلاس را در طول ترم، مجدداً از کتاب درسی مطالعه می‌کنم

همیشه  گاهی اوقات  هیچ

۱۰) حین مطالعه به شکل‌ها و نمودارها و... کتاب توجه می‌کنم و سعی می‌کنم از کتب و مقالات دیگر هم برای یادگیری بهتر، بهره بگیرم.

همیشه  گاهی اوقات  هیچ

۱۱) من حین مطالعه بسیار به عقب بر می‌گردم و جمله را دوباره می‌خوانم و در کل فرد کند خوانی هستم.

همیشه  گاهی اوقات  هیچ

۱۲) من برای امتحان، تنها به خواندن جزوات درسی اکتفا می‌کنم و کتاب نمی‌خوانم.

همیشه  گاهی اوقات  هیچ

