عادت‌های مطالعه دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی بیرجند

مرضیه ترشیزی*، سمانه وارسته، زهرا پوررضایی، رقیه فصیحی

چکیده

مقدمه: داشتن برنامه درسی منظم و به کارگیری درست مهارت‌های مطالعه، نقش مؤثری در دستیابی دانشجویان به نیازهای آموزشی دارد. هدف از این مطالعه بررسی مهارت‌ها و عادات مطالعه‌ی دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی بیرجند است.

روش‌ها: این مطالعه مقطعی بر روی ۲۳۸ نفر از دانشجویان مشغول به تحصیل در رشته‌های مختلف دانشگاه علوم پزشکی بیرجند در سال ۱۳۸۹ انجام گرفت. نمونه گیری به روش طبقه‌ای تصادفی بود و ابزار گردآوری داده‌ها، پرسشنامه عادت‌های مطالعه (PSSHI) بود. داده‌ها با استفاده از آزمون‌های آماری ضریب همبستگی اسپیرمن، t مستقل و تحلیل واریانس تجزیه و تحلیل شد.

نتایج: میانگین نمره عادات مطالعه دانشجویان (۷/۸۱±۴۵/۰۷) از ۹۰ (حداکثر نمره) بود. ۳۲/۸ درصد از دانشجویان عادات مطالعه ضعیف، ۳۱/۱ درصد متوسط، ۱۴/۳ درصد خوب و ۲۱/۸ درصد از آنها عادات مطالعه عالی داشتند. بین میانگین نمره عادت‌های مطالعه افراد و عملکرد تحصیلی آنها ارتباط مثبت، ضعیف و معناداری وجود داشت ($p<۰/۰۰۱$ و $r=۰/۲۲$). همچنین بین برخی از حیطه‌های عادت‌های 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 تأهل و تحصیلات مادر ارتباط معنادار آماری به دست نیامد.

نتیجه‌گیری: وضعیت عادات مطالعه دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی بیرجند در حد متوسط بود، که شیوه‌ی مطالعه‌ی آنها از کیفیت مطلوبی برخوردار نیست، بنابراین با توجه به اهمیت عادات مطالعه در عملکرد و پیشرفت تحصیلی افراد ضرورت دارد برنامه‌ریزی در جهت بهبود روش‌ها و عادات مطالعه‌ی دانشجویان صورت پذیرد.

واژه‌های کلیدی: عادات مطالعه، مهارت‌های مطالعه،دانشجویان علوم پزشکی

مجله ایرانی آموزش در علوم پزشکی/ بهمن ۱۳۹۱؛ ۱۲(۱۱): ۸٦٦ تا ۸۷٦

مقدمه

همه پیشرفت‌های شگفت انگیز انسان در دنیای امروز زاییده یادگیری است و وظیفه یاددهی و بهبود آن، محور فعالیت تمام نهادهای آموزشی است. اعتبار یک نظام آموزشی وابسته به میزان یادگیری فراگیران آن است(۱).

کیفیت و کمیت یادگیری درسی از عوامل گوناگون تأثیر می‌پذیرد. یادگیری علاوه بر آن که تحت تأثیر عوامل درونی مانند خصوصیات روانی، انگیزه‌ها، هیجانات، اهداف و تمایلات فرد می‌باشد، از عوامل بیرونی از جمله امکانات آموزشی، روش‌های مطالعه، ساعت‌های مطالعه و محرکات اطراف نیز تأثیر می‌پذیرد(۲).

فراگیران در هنگام روبرو شدن با انواع تکالیف یادگیری، از راهبردها و روش‌های مشخصی استفاده می‌کنند(۳). شیوه مطالعه را باید از طریق انتخاب و ترکیب فنون و روش‌های مختلف خواندن برگزید(٤). مطالعه ثمربخش به دو عامل علاقه نسبت به مطالب خواندنی و کاربرد ماهرانه

* **نویسنده مسؤول:** مرضیه ترشیزی، کارشناس ارشد، گروه مامایی، دانشکده پرستاری و مامایی، دانشگاه علوم پزشکی بیرجند، بیرجند، ایران.
(m3torshizi@bums.ac.ir)

سمانه وارسته، کارشناس پرستاری (vsnail@yahoo.com)؛ زهرا پوررضایی، کارشناس پرستاری (sahel.2004@yahoo.com)؛ رقیه فصیحی، کارشناس پرستاری (roghayyefasihi@yahoo.com)

تاریخ دریافت مقاله: ۹۰/۱۰/۸، تاریخ اصلاحیه: ۹۰/۱۲/۹، تاریخ پذیرش: ۹۱/۱۰/۱

[Downloaded from ijme.mui.ac.ir on 2026-10-30]

فنون مطالعه بستگی دارد. علاقه نسبت به مطلب خواندنی سبب می‌شود تا شخص به مطالعه بیشتر بپردازد و مطالعه بیشتر، منجربه بهتر شدن کاربرد فنون مطالعه می‌گردد(۵).
مطالعات متعدد نشان داده‌اند که نارسایی و نقص در مهارت‌های یادگیری و مطالعه می‌تواند تمامی مزایای یک محیط آموزشی مطلوب و حتی قابلیت‌های هوشی شخص و سلامت جسمی روانی افراد را به طور منفی تحت‌الشعاع خود قرار دهند(۲).
هر ساله در سرتاسر جهان تعداد بسیاری از دانشجویان دانشگاه‌ها و یا مدارس عالی، ترک تحصیل می‌کنند یا نمی‌توانند دوره تحصیل خود را در موعد مقرر به پایان برسانند. به علاوه، برخی از دانشجویان با شکست‌های جزیی روبرو هستند. این افراد دروس خود را به پایان می‌رسانند، اما توفیق آنان در یادگیری دروس کمتر از حد مورد انتظار است. این در حالی است که بیشتر این دانشجویان استعداد و توانایی لازم برای موفقیت را دارند(٦).
به‌کارگیری روش‌ها و مهارت‌های متنوع مطالعه در نقاط مختلف جهان، در یادگیری بهتر دانشجویان مورد تأیید قرار گرفته است. نوریان و همکاران با استناد به مطالعه استارک (Stark) می‌نویسند که شرکت دانشجویان در سمینارهای دانشگاهی در زمینه مهارت‌های مطالعه (نوشتن نامه، فنون تحقیق، فنون یادداشت‌برداری، مدیریت زمان)، میزان حفظ مطالب علمی را بیشتر می‌نماید(۷).
آموزش مهارت‌ها و فنون مطالعه در بسیاری از دانشگاه‌ها، در مرحله ورود دانشجویان، برای توسعه یادگیری آنان امری ضروری تشخیص داده شده است. دانشگاه یورک (York) در کانادا، کالج فروم (Ferrum) و دانشگاه برکلی (Berkeley) کالیفرنیا، مرکز مشاوره کوک (Cook) در ویرجینیا، دانشگاه دارتموث (Dartmouth) و بسیاری از دانشگاه‌های دیگر به این موضوع پرداخته‌اند(۸و۹).
در ایران نیز، اخیراً آموزش مهارت‌ها و فنون مطالعه در طرح اصلاحات در آموزش پزشکی، در دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی تهران مورد استفاده قرار گرفته است(۱۰).
دفتر مرکزی مشاوره دانشجویی وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی مطالعه‌ای با عنوان بهبود مهارت‌های مطالعه و روش‌های مؤثر در یادگیری، بر روی دانشجویان ۲۱ دانشگاه علوم پزشکی کشور انجام داد. در این مطالعه مشخص شد که بیش از ۳۲٪ این دانشجویان از فقر شدید مهارت‌های مطالعه رنج می‌برند و معدل درسی آن‌ها نیز پایین‌تر بود(۲).
با توجه به نتایج مطالعات انجام شده، تأثیر روش مطالعه دانشجویان در یادگیری درسی و فرایند حاصل در مهارت‌های شناختی و عملی و در نهایت سرنوشت شغلی آن‌ها امری قطعی و مسلم است. بنابراین توجه و برنامه‌ریزی در جهت بهبود این روش‌ها لازم است(۱۱).
دانشجویان علوم پزشکی در مدت طولانی تحصیل خود با انبوه بسیار متنوعی از مطالب و دروس روبرو هستند، که قبلاً در مقاطع پایین‌تر با آن‌ها کمتر برخورد داشته‌اند، و از طرف دیگر حجم زیاد و دشواری اطلاعات جدید پزشکی در رابطه با روش‌های جدید تشخیص و درمان بیماری‌ها، به حافظه سپردن متون علمی پزشکی را کاری دشوار نموده است. از این رو، یادگیری تمامی آن‌ها نیازمند صرف زمان و داشتن برنامه درسی منظم می‌باشد. عدم انتخاب روش مطالعه صحیح اکثر دانشجویان را دچار سردرگمی و دل‌زدگی از تحصیل کرده و تا مدت‌ها ذهن آن‌ها را مشغول می‌کند و سبب از بین رفتن انرژی و وقت آن‌ها می‌شود و آنان را به سوی روش‌های نادرست مطالعه سوق می‌دهد.
از آنجا که ارتباط ابعاد مختلف عادات مطالعه وشیوه‌های مطالعه چون منبع مورد مطالعه، زمان آمادگی برای امتحان، ساعت مطالعه و برخی عوامل دموگرافیک مرتبط با عادات مطالعه(۱۲) در سایر مطالعات کمتر بررسی شده است، لذا این مطالعه با هدف

[Downloaded from ijme.mui.ac.ir on 2026-10-30]

تعیین عادات مطالعه دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی بیرجند در سال تحصیلی ۱۳۹۰-۱۳۸۹ و ارتباط آن با عوامل مرتبط با عادات مطالعه انجام گردید، تا نقاط قوت و ضعف موجود در این زمینه شناسایی و با تقویت نقاط قوت و کاستن نقاط ضعف، گامی در جهت پیشبرد اهداف آموزشی برداشته شود.

روش‌ها

این مطالعه توصیفی- مقطعی به روش نمونه گیری طبقه‌ای تصادفی بر روی دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی بیرجند در نیمسال دوم سال تحصیلی ۹۰-۸۹ انجام شد. ابتدا تعداد کل دانشجویان هر دانشکده مشخص شد و سپس به نسبت دانشجویان هر دانشکده، از هر رشته تحصیلی یک یا دو ورودی به صورت تصادفی انتخاب شدند و کل دانشجویان آن ورودی، مورد مطالعه قرار گرفتند. حجم نمونه‌ی مورد مطالعه با در نظر گرفتن d=۰/۰٤، P=۰/۱۱) ۲۵۰ نفر محاسبه شد.

در ابتدای مطالعه توضیح مختصری در مورد هدف و روش اجرای پژوهش به دانشجویان ارائه گردید و از آنهاجهت شرکت درتحقیق رضایت کتبی گرفته شد و به آنان اطمینان داده شد که در صورت درخواست آنها، نتیجه آزمون به آنان اعلام می‌گردد.

ابزار گردآوری داده‌ها پرسشنامه‌ای مشتمل بر دو بخش بود. بخش اول حاوی سوالاتی مربوط به بررسی ویژگی‌های دموگرافیک و معدل کل دانشجویان (به عنوان مقیاس عملکرد تحصیلی فراگیران) بود. بخش دوم پرسشنامه عادت‌های مطالعه PSSHI (Palsane & Shrama Study Habit Inventory) حاوی ٤٥ سؤال بود. سوالات حیطه‌های هشت‌گانه مدیریت زمان (٥ سؤال، حداکثر نمره۱۰)، وضعیت فیزیکی (٦ سؤال، حداکثر نمره ۱۲)، توانایی خواندن (۸ سؤال، حداکثر نمره ١٦)، یادداشت کردن (۳ سؤال، حداکثر نمره ٦)، انگیزش یادگیری (٦ سؤال، حداکثر نمره ۱۲)، حافظه (٤ سؤال، حداکثر نمره ۸)، برگزاری امتحانات (۱۰ سؤال، حداکثر نمره۲۰) و تندرستی (۳ سؤال، حداکثر نمره٦) را بررسی می‌کرد. مقیاس پرسشنامه سه درجه ای (همیشه، یا بیشتر اوقات، بعضی اوقات و یا بندرت و هرگز) بود. برای پاسخ همیشه یا بیشتر اوقات نمره ۲، بعضی اوقات۱ و به ندرت یا هرگز، صفر در نظر گرفته شد که به این ترتیب حداقل نمره کل پرسشنامه صفر و حداکثر آن ۹۰ می‌باشد. هر چه نمره یک فرد بالاتر باشد، بیانگر وجود عادت‌های بهتر مطالعه است. نمره کل عادات مطالعه افراد بر اساس پرسشنامه PSSHI در ٤ بخش عادت‌های مطالعه عالی (صدک بالاتر از۷۵)، خوب (صدک ۷۵_۵۰)، متوسط (صدک ۵۰_۲۵) و ضعیف (صدک کمتر از ۲۵) طبقه‌بندی شده است.

روایی و پایایی پرسشنامه در مطالعات قبلی بررسی شده بود. بررسی پایایی با روش باز آزمون (بر روی ۲۰۰ دانشجو با فاصله ٤ هفته) و کسب r=۰/۸۸، و با روش بررسی ثبات درونی به روش دو نیم کردن (بر روی ۱۵۰ دانشجو) r=۰/٦۵ و نیز روایی وابسته به معیار ۰/۷٤ گزارش شده است(۱۲). همچنین در مطالعات گذشته اعتبار این پرسشنامه ۰/٦۹، ۰/٦۷، ۰/۷٤ و ۰/۸۳ بوده است که نشان می‌دهد این پرسشنامه از اعتبار بالایی برخوردار است(۱۱).

انجام آنالیز به وسیله نرم‌افزار آماری SPSS-15 و در سطح معناداری P≤۰/۰۵ صورت گرفت. جهت مقایسه نمره کل عادت مطالعه در دو جنس از آزمون آماری تی مستقل، برای بررسی ارتباط حیطه‌های مختلف عادات مطالعه با متغیرهای وابسته از تحلیل واریانس و تعقیبی توکی و برای ارتباط عادات مطالعه با عملکرد تحصیلی از ضریب همبستگی استفاده شد.

نتایج

از مجموع ۲۵۰ پرسشنامه توزیع شده، ۱۲ مورد به دلیل تکمیل ناقص از مطالعه خارج شدند و ۲۳۸ پرسشنامه

[Downloaded from ijme.mui.ac.ir on 2026-10-30]

تجزیه و تحلیل شد (۹۵/۲ درصد پاسخ‌دهی).
نتایج نشان داد ۱۷۳ نفر (۷۲/۷ ٪) زن و۲۰۵ نفر (۶۸/۱٪) مجرد بودند. مشخصات دموگرافیک نمونه‌ها در جدول ۱ خلاصه شده است.

جدول ۱: فراوانی دانشجویان بر حسب مشخصات دموگرافیک

مشخصات دموگرافیک		فراوانی
جنس	مؤنث	۱۷۳ (٪۷۲/۷)
	مذکر	۶۵ (٪۲۷/۳)
وضعیت تأهل	مجرد	۲۰۵ (٪۶۸/۱)
	متأهل	۳۳ (٪۱۳/۹)
وضعیت سکونت	بومی	۶۸ (٪۲۸/۶)
	غیر بومی	۱۷۰ (٪۷۱/۴)
میزان تحصیلات پدر	سیکل و پایین تر	۱۰۴ (٪۴۳/۷)
	دیپلم	۶۸ (٪۲۸/۶)
	دانشگاهی	۶۶ (٪۲۷/۷)
میزان تحصیلات مادر	سیکل و پایین تر	۱۵۷ (٪۶۶)
	دیپلم	۵۴ (٪۲۲/۷)
	دانشگاهی	۲۷ (٪۱۱/۳)
منابع مورد مطالعه	کتاب	۱۳ (٪۵/۵)
	جزوه	۵۳ (٪۲۲/۳)
	هر دو	۱۷۲(٪۷۲/۳)

۱۷۴ نفر (۷۳/۱٪) دانشجویان مورد مطالعه در مقطع کارشناسی ۴۵ نفر (۱۸/۹٪) در رشته‌ی پرستاری و ۱۰۳ نفر(۳ /۴۳٪) در ترم ۴ و ۵ تحصیل می‌کردند ۱۲۳ نفر (۵۱/۷٪) آنان معدل ۱۷ – ۱۵ داشتند.
۱۳۰ نفر (۵۴/۶٪) از شرکت‌کنندگان فقط در زمان فرجه‌ها برای امتحان آماده می‌شدند و ۱۳۲ نفر (۵۵/۵٪)، شب‌ها مطالعه داشتند (جدول۲).
نمره عادت مطالعه ۷۸ نفر(۳۲/۸٪) ازدانشجویان در محدوده ضعیف، ۷۴ نفر(۳۱/۱٪) متوسط، ۳۴ نفر(۱۴/۳٪) خوب و ۵۲ نفر (۲۱/۸٪) عالی بود.

جدول ۲: توزیع فراوانی دانشجویان بر حسب عادت‌های مطالعه فردی

عادت‌های فردی جهت آمادگی برای امتحان		فراوانی
متوسط ساعات خواب در شبانه روز	۷>	۱۸ (٪۷/۶)
	۷-۹	۱۷۵ (٪۷۳/۵)
	۹<	۴۵ (٪۱۸/۹)
فعالیت غیر درسی	دارد	۱۷۸ (٪۴۷/۸)
	ندارد	۶۰ (٪۲۵/۲)
زمان آمادگی برای امتحان	طول ترم	۴۴ (٪۱۸/۵)
	فرجه	۱۳۰ (٪۵۴/۶)
	شب امتحان	۶۴ (٪۲۶/۹)
زمان مطالعه	صبح	۳۷ (٪۱۵/۵)
	عصر	۳۹ (٪۱۶/۴)
	شب	۱۳۲ (٪۵۵/۵)
	همه موارد	۳۰ (٪۱۲/۶)

میانگین نمره‌ی کل عادات مطالعه دانشجویان ۴۵/۰۷±۷/۸۱ بود. میانگین نمره در دانشجویان پسر ۴۴/۱۵±۷/۷ و در دختران ۴۵/۴۷±۷/۸۴ بود. آزمون آماری تی اختلاف آماری معناداری بین میانگین نمرات دختران و پسران نشان نداد (P=۰/۹, t=۱/۱۲).
مقایسه حیطه‌های مختلف عادات مطالعه در دو جنس نشان داد که دانشجویان دختر در زمینه‌ی یادداشت‌برداری در سطح بالاتری نسبت به دانشجویان پسر بودند، که بر اساس آزمون تی مستقل این اختلاف معنادار بود (p<۰/۰۰۱, t=۴/۱) اما در سایر حیطه‌ها تفاوت معناداری وجود نداشت (جدول۳).
مقایسه ارتباط عملکرد تحصیلی دانشجویان با نوع عادت مطالعه نشان داد که ۵۰/۷٪ (۳۷ نفر) از دانشجویان مورد مطالعه که معدل ۱۷-۱۵/۱ داشتند از عادت مطالعه متوسط برخوردار بودند و ۳۰/۳٪ (۱۰ نفر) از دانشجویان مورد مطالعه که معدل بالای ۱۷ داشتند از عادات مطالعه خوب برخوردار بودند. آزمون اسپیرمن همبستگی مثبت و معناداری بین عادات مطالعه با عملکرد تحصیلی نشان داد (p<۰/۰۰۱، r=۰/۲۲).

[Downloaded from ijme.mui.ac.ir on 2026-10-30]

جدول۳: 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	۱/۸۰ ± ۵/۰۱	۱/۷۷ ± ۶/۴۷	۲/۲۷ ± ۷/۸	۱/۴۸ ± ۳/۱	۲/۳۳ ± ۶/۴۱	۱/۳۴ ± ۴/۳۳	۲/۱۸ ± ۹/۴۵	۱/۲۳ ± ۲/۷۹
	پسر	۴/۹۰ ± ۱/۸۸	۱/۹۱ ± ۶/۴۱	۲/۰۹ ±۸/۲۶	۱/۵۱ ± ۲/۲	۲/۱۵ ± ۶/۲۴	۱/۲۴ ± ۴/۲۳	۲/۰۷± ۸/۹۸	۱/۱۵ ± ۱/۸۷
		(P=۰/۶۸)	(P=۰/۸۰)	(P=۰/۱۵)	(p<۰/۰۰۱)	(P=۰/۶۰)	(P=۰/۵۸)	(P=۰/۱۳)	(P=۰/۶۵)
محل سکونت	بومی	۱/۹۲ ± ۵/۳۸	۱/۶۴ ± ۶/۷۵	۲/۳۸ ± ۷/۷۳	۱/۶۵ ± ۲/۸۶	۲/۲۴± ۶/۴۷	۱/۳۹ ± ۴/۰۵	۱/۹۱±۹/۰۱	۱/۱۵±۲/۸۲
	غیربومی	۱/۷۶ ± ۴/۸۲	۱/۸۵ ± ۶/۳۴	۲/۱۶ ±۸/۰۰	۱/۵۰ ± ۲/۸۸	۲/۳۰ ± ۶/۳۲	۱/۲۸ ± ۴/۴۰	۲/۲۴±۹/۴۴	۱/۲۳±۲/۸۱
		(P=۰/۳۴)	(P=۰/۱۲)	(P=۰/۳۹)	(P=۰/۹۲)	(P=۰/۶۶)	(P=۰/۶۷)	(P=۰/۱۶)	(P=۰/۹۷)
مقطع	کاردانی	۵/۰۵±۱/۹۰	۱/۵۷±۶/۶۴	۲/۰۹±۷/۶۷	۱/۴۵±۲/۳۸	۲/۳۱±۶/۶۷	۱/۳۶±۴/۰۵	۲/۱۲±۸/۷۹	۱/۲۳±۲/۸۵
تحصیلی	کارشناسی	۴/۸۳± ۱/۷۷	۱/۸۰±۶/۳۴	۲/۱۴±۸/۰۰	۱/۵۰±۳/۰۴	۲/۲۱±۶/۲۴	۱/۲۳±۴/۳۴	۲/۱۲±۹/۲۶	۱/۲۱±۲/۷۴
	ارشد	۵/۵۰± ۲/۱۲	۰/۷۰±۷/۵۰	۰/۷۰±۹/۵۰	۲/۱۲±۳/۵۰	۰/۰۰±۱۰/۰۰	۱/۴۱±۷/۰۰	۰/۷۰±۱۳/۵۰	۰/۷۰±۳/۵۰
	دکترا	۵/۷۸± ۱/۸۵	۲/۰۶±۶/۸۹	۲/۸۸±۷/۶۴	۱/۷۵±۲/۴۶	۲/۵۳± ۶/۵۰	۱/۵۶±۴/۱۷	۲/۰۹±۱۰/۰۳	۱/۱۵±۳/۱۷
		(P=۰/۸۰)	(P=۰/۳۴)	(P=۰/۵۵)	(P=۰/۵۱)	(P=۰/۰۹)	(P=۰/۰۱)	(P=۰/۰۰۵)	(P=۰/۲۹)
زمان مطالعه	صبح	۲/۱۵± ۵/۰۲	۱/۷۵± ۶/۷۲	۲/۴۷±۷/۸۱	۱/۷۲±۲/۷۲	۲/۲۳±۶/۳۲	۱/۲۰±۴/۲۱	۱/۷۶±۹/۶۷	۱/۲۸±۲/۵۱
	عصر	۱/۸۱± ۵/۱۵	۱/۶۴± ۶/۲۳	۲/۱۱±۷/۱۲	۱/۳۸±۲/۹۲	۲/۴۰±۶/۱۷	۱/۱۶±۴/۴۱	۱/۸۸±۸/۹۷	۱/۱۱±۳/۰۲
	شب	۱/۶۸± ۴/۹۳	۱/۷۲± ۶/۵۰	۲/۰۴±۸/۰۳	۱/۴۷±۲/۸۶	۲/۲۷±۶/۲۵	۱/۳۱±۴/۲۹	۲/۳۴±۹/۳۲	۱/۲۰±۲/۸۱
	همه موارد	۲/۰۳± ۵/۰۰	۲/۳۶± ۶/۲۶	۲/۶۰±۸/۶۳	۱/۸۴±۳/۱۰	۲/۱۵±۷/۱۶	۱/۶۸±۴/۳۳	۲/۱۰±۹/۳۳	۱/۲۵±۲/۹۳
		(P=۰/۹۶)	(P=۰/۶۰)	(P=۰/۰۳)	(P=۰/۸۰)	(P=۰/۲۳)	(P=۰/۹۳)	(P=۰/۰۵۷)	(P=۰/۲۹)
زمان آمادگی	طول ترم	۱/۶۰±۶/۲۹	۲/۰۰±۷/۱۱	۲/۴۹±۸/۴۰	۱/۵۷± ۳/۵۰	۱/۹۲± ۷/۵۴	۱/۶۴±۴/۷۷	۲/۲۳±۹/۷۹	۱/۱۹±۳/۲۰
برای امتحان	فرجه	۱/۶۸±۴/۸۳	۱/۷۵±۶/۴۷	۲/۲۰± ۷/۷۶	۱/۵۱±۲/۸۸	۲/۲۶±۶/۳۰	۱/۲۳±۴/۲۱	۲/۱۰±۹/۳۱	۱/۲۸±۲/۷۶
	شب امتحان	۱/۸۳±۴/۴۰	۱/۶۴±۵/۹۸	۲/۰۷±۷/۹۲	۱/۴۵± ۲/۴۵	۲/۲۷±۵/۷۰	۱/۱۸±۴/۱۷	۲/۲۰±۹/۰۱	۱/۰۱±۲/۶۵
		(p<۰/۰۰۱)	(P=۰/۰۰۶)	(P=۰/۲۵)	(P=۰/۰۰۲)	(p<۰/۰۰۱)	(P=۰/۰۳)	(P=۰/۱۸)	(P=۰/۰۵۳)
تحصیلات	سیکل و پایین	۱/۹۹±۴/۸۸	۱/۸۷±۶/۵۶	۲/۲۰±۷/۹۶	۱/۵۸±۲/۸۱	۲/۱۵±۶/۱۷	۱/۴۵±۴/۱۲	۱/۹۴±۸/۸۸	۱/۲۱±۲/۶۷
پدر	تر	۱/۷۴±۴/۹۵	۱/۷۰±۶/۱۷	۲/۲۵ ±۸/۱۶	۱/۴۰±۲/۸۹	۲/۴۳ ±۶/۵۸	۱/۱۹±۴/۴۱	۲/۱۵±۹/۷۵	۱/۲۶±۲/۸۵
	دیپلم	۱/۶۲±۵/۱۸	۱/۷۸±۶/۵۹	۲/۲۴ ±۷/۶۳	۱/۶۴±۲/۹۶	۲/۳۱±۶/۴۵	۱/۲۴±۴/۴۸	۲/۴۱±۹/۵۷	۱/۱۴±۳/۰۱
	دانشگاهی	(P=۰/۵۷)	(P=۰/۳۰)	(P=۰/۳۸)	(P=۰/۸۲)	(P=۰/۴۷)	(P=۰/۱۶)	(P=۰/۰۱)	(P=۰/۱۹)
منابع مطالعه	کتاب	۲/۱۹±۴/۸۴	۱/۹۴±۶/۵۳	۱/۸۶±۸/۸۴	۱/۵۴±۲/۳۰	۲/۰۵±۶/۶۹	۱/۲۸±۴/۱۵	۲/۷۵±۹/۴۶	۰/۹۶±۳/۴۶
	جزوه	۱/۵۲±۴/۲۶	۱/۸۴±۶/۰۳	۱/۹۵±۷/۴۹	۱/۵۷±۲/۵۶	۲/۱۳±۶/۰۱	۱/۲۶±۴/۰۷	۱/۹۷±۸/۸۳	۱/۲۸±۲/۴۹
	هر دو	۱/۸۲±۵/۲۲	۱/۷۷±۶/۵۸	۲/۳۱±۷/۹۹	۱/۵۲±۳/۰۲	۲/۳۴±۶/۴۵	۱/۳۳±۴/۳۸	۲/۱۵±۹/۴۶	۱/۱۸±۲/۸۷
		(P=۰/۰۰۳)	(P=۰/۱۵)	(P=۰/۱۱)	(P=۰/۶۵)	(P=۰/۴۲)	(P=۰/۲۹)	(P=۰/۱۷)	(P=۰/۰۱)

رابطه میانگین نمرات دانشجویان در حیطه‌های مختلف عادات مطالعه با متغیرهای محل سکونت، مقطع تحصیلی، زمان مطالعه، زمان آمادگی برای امتحان، تحصیلات پدر و منابع مورد مطالعه در جدول ۳ نشان داده شده است.

در ارتباط عادات مطالعه با مقاطع مختلف تحصیلی آزمون تعقیبی توکی نشان داد که در حیطه حافظه، دانشجویان کارشناسی ارشد وضعیت بهتری نسبت به دانشجویان کاردانی (P=۰/۰۱ , F=۰/۰۱۸)، کارشناسی (P=۰/۰۲, F=۰/۰۱۸) و دکترا (P=۰/۰۱۷ , F=۰/۰۱۸) دارند. همچنین در حیطه برگزاری امتحانات، دانشجویان کارشناسی ارشد وضعیت بهتری نسبت به دانشجویان کاردانی (P=۰/۰۱۳ , F=۰/۰۰۵) و کارشناسی (P=۰/۰۲۷ , F=۰/۰۰۵) داشتند.

آزمون تعقیبی توکی نشان داد که دانشجویانی که زمان مطالعه آنان در ساعات مختلف شبانه روز می‌باشد نسبت به افرادی که فقط عصرها مطالعه می‌کنند، در حیطه توانایی خواندن وضعیت بهتری دارند (P=۰/۰۲۷ , F=۲/۸۸۲) و همچنین دانشجویانی که در طول ترم مطالعه می‌کردند در حیطه‌های مدیریت زمان (P<۰/۰۰۱, F=۱۷/۱۲۲)، وضعیت فیزیکی (P=۰/۰۰۴, F=۵/۲۹۱)، یادداشت‌برداری (P=۰/۰۰۱ ,F=۶/۲۴۰) و انگیزش یادگیری (P<۰/۰۰۱ ,F=۹/۲۳۶) نسبت به کسانی که

[Downloaded from ijme.mui.ac.ir on 2026-10-30]

فقط شب امتحان مطالعه می‌کردند وضعیت بهتری داشتند. همچنین این دانشجویان در حیطه انگیزش یادگیری (F=۹/۲۳٦, P=۰/۰۰٤) و مدیریت زمان (F=۱۷/۱۲۲, P<۰/۰۰۱) از دانشجویان که در زمان فرجه‌ها برای امتحانات آماده می‌شوند، میانگین نمره بالاتری را کسب نمودند. اما در حیطه حافظه دانشجویان که در زمان فرجه‌ها برای امتحانات آماده می‌شدند نسبت به آنانی که در طول ترم آماده می‌شدند وضعیت بهتری داشتند (F=۳/٤٦۰, P=۰/۰٤).

در حیطه برگزاری امتحانات دانشجویانی که تحصیلات پدرانشان در حد دیپلم بوده در مقایسه با کسانی که تحصیلات پدرانشان در حد سیکل و پایین‌تر بوده، میانگین نمره بالاتری داشتند (F=٤/۰۱٤, P=۰/۰۱).

دانشجویانی که از کتاب و جزوه به عنوان منابع مورد مطالعه استفاده می‌کردند به نسبت افرادی که فقط از جزوه استفاده می‌کردند در حیطه مدیریت زمان میانگین نمره بالاتری داشتند (F=٥/۸٥۷, P=۰/۰۰۲) و در حیطه تندرستی نیز دانشجویانی که کتاب مطالعه می‌کردند نسبت به کسانی که جزوه مطالعه می‌کردند، وضعیت بهتری داشتند (F=٤/۰٥۰, P=۰/۰۲٥).

در مقایسه رشته‌های مختلف تحصیلی نتایج آزمون تعقیبی توکی نشان داد که در حیطه تندرستی دانشجویان پزشکی (۳/۱۸±۱/۱٥) وضعیت بهتری از دانشجویان هوشبری (۲/۱۷±۰/۹٦) داشتند (F=۳/۰٤۲, P=۰/۰۰۳) اما در سایر رشته‌ها و حیطه‌ها تفاوت آماری معناداری وجود نداشت.

بین عادات مطالعه (نمره کل و حیطه‌های مختلف آن) و متغیرهای ترم تحصیلی، محل سکونت و تحصیلات مادر رابطه آماری معناداری مشاهده نگردید.

بحث

در این پژوهش عادت‌ها و مهارت‌های مطالعه دانشجویان علوم پزشکی بیرجند و ارتباط آن با عملکرد تحصیلی و برخی متغیرهای دیگر مورد بررسی قرار گرفت. بر اساس نتایج به دست آمده میانگین نمره عادات مطالعه دانشجویان در حد متوسط بود. نتایج مطالعات انجام گرفته در سایر دانشگاه‌ها و بر سایر دانشجویان نیز نشان داده است که مهارت‌ها و عادات مطالعه اکثر دانشجویان در حد متوسط بوده است که با وضعیت عالی فاصله دارد. مطالعه فریدونی مقدم و چراغیان بر روی دانشجویان دانشکده پرستاری آبادان، با استفاده از آزمون عادات مطالعه‌ی (PSSHI)، نیز نشان داد اکثر دانشجویان عادات مطالعه‌ی نسبتاً مطلوب یا متوسط داشتند(۱۲).

همچنین در مطالعه کوشان و حیدری بر روی دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی سبزوار که با استفاده از آزمون عادت‌های مطالعه انجام شد، میانگین عادات مطالعه در دانشجویان دختر و پسر به ترتیب ٥۱/٤۸ و٥۰/۸۷ از مجموع ۹۰ بود که این یافته‌ها با مطالعه حاضر هم‌خوانی دارد و لزوم توجه بیشتر به عادت‌های مطالعه دانشجویان در دانشگاه‌ها را نشان می‌دهد(۱۱).

اگر چه بر اساس نتایج به دست آمده تفاوت معناداری بین دو جنس در نمره کل عادت‌های مطالعه دانشجویان مشاهده نشد اما در بررسی حیطه‌های مختلف عادات مطالعه، دختران در زمینه یادداشت‌برداری وضعیت بهتری نسبت به پسران داشتند. در مطالعه کوشان، پسرها در توانایی خواندن و حافظه وضعیت بهتری از دخترها داشتند ولی دخترها از نظر انگیزش یادگیری از پسرها بهتر بودند(۱۱).

در مطالعه‌ی نوریان و همکاران که بر روی دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحد شمال تهران انجام شد، مهارت مطالعه در دانشجویان پسر در حیطه‌ی مدیریت زمان از دانشجویان دختر بهتر بود(۱۳). در مطالعه‌ی ایشان، دانشجویان پسر در مدیریت زمان حین مطالعه، تمرکز حین مطالعه و درک مطلب وضعیت بهتری از دختران داشتند(۷). شاید دلیل این عدم هم‌خوانی، تفاوت

[Downloaded from ijme.mui.ac.ir on 2026-10-30]

در ابزار پژوهش و یا تیپ دانشگاه باشد. چرا که در دانشگاه‌های مختلف، وضعیت دانشجویان در هنگام ورود به دانشگاه، رفتارهای آموزشی آنان در حین تحصیل در دانشگاه و قابلیت‌های کسب شده آنان از محیط آموزشی دانشگاه با یکدیگر متفاوت است.

نتایج این پژوهش نشان داد که عمده مشکلات دانشجویان در حیطه یادداشت‌برداری می‌باشد. در مطالعه فریدونی مقدم و چراغیان نیز عمده مشکلات دانشجویان در حیطه‌ی یادداشت‌برداری بود(۱۲). اما نجی(Nneji) معتقد است زمان‌بندی یکی از فاکتورهای اساسی برای مطالعه مؤثر است. در مطالعه وی اغلب دانشجویان در مدیریت زمان و زمان‌بندی برای مطالعه، مشکل داشتند(۱٤).

یافته‌های این پژوهش همبستگی معنادار مثبتی را بین عادات مطالعه‌ی افراد و عملکرد تحصیلی آنان نشان داد. در مطالعه‌ی فریدونی مقدم و چراغیان نیز این همبستگی مثبت وجود داشت(۱۲). نتیجه مطالعه خدیوزاده و همکاران نشان داد که راهبردهای مطالعه در دانشجویان مشروط و غیرمشروط با یکدیگر تفاوت معناداری دارد؛ و این راهبردها در دانشجویانی که سابقه مشروط شدن نداشتند، بهتر بود(۱۵). بر اساس مطالعه بوهلر (Boehler) و همکاران نیز، دانشجویانی که مهارت‌های مطالعه بهتری داشتند عملکرد تحصیلی بهتری نیز نشان-دادند(۱٦). در مطالعه دلافیونتی (De La Fuente) نیز نمره عملکرد تحصیلی دانشجویانی که عادات مطالعه بهتری داشتند، بالاتر بود(۱۷).

در مطالعه حاضر مقطع تحصیلی دانشجویان با حیطه حافظه و برگزاری امتحانات ارتباط معناداری نشان داد؛ شاید به این دلیل که دروس رشته‌های علوم پزشکی به صورت تکمیلی ارائه شده و معمولاً با کارآموزی همراه بوده است، پس دانشجویان مقاطع بالاتر و تحصیلات تکمیلی نسبت به سایرین از نظر حافظه وضعیت بهتری دارند همچنین این دانشجویان با نحوه امتحانات دانشگاهی بیشتر آشنا بوده و به نقاط ضعف خود بیشتر توجه می‌نمایند.

در مطالعه نوریان و همکاران، بر روی دانشجویان پزشکی زنجان، مدیریت زمان با مقطع تحصیلی دانشجویان ارتباط معنادار نشان داد و دانشجویان با افزایش زمان تحصیل خود تجربه‌ی مناسبی برای مدیریت زمان به دست می‌آوردند(۷). در مطالعه دیگر نوریان و همکاران، مدیریت زمان و درک مطلب به طور معنادار با مقطع تحصیلی ارتباط داشت(۱۳). این یافته‌ها مغایر با نتایج مطالعه‌ی فریدونی مقدم و چراغیان در این زمینه است؛ در این پژوهش‌ها بررسی نمرات کسب شده عادات مطالعه دانشجویان بر حسب مقطع تحصیلی تفاوت معناداری نداشتند(۱۲). شاید دلیل تفاوت این یافته در مطالعه حاضر با مطالعات نوریان این باشد که مطالعه‌ی آنها فقط بر روی دانشجویان پزشکی انجام شده و از پرسشنامه مهارت‌های مطالعه مرکز مشاوره کوک استفاده شده است(۷و۱۳).

اگر چه پرسشنامه مورد استفاده در مطالعه حاضر و مطالعه‌ی فریدونی مقدم و چراغیان یکسان است، اما دلیل عدم هم‌خوانی مطالعات با یکدیگر می‌تواند این باشد که مطالعه‌ی فریدونی مقدم و چراغیان فقط بر روی دانشجویان پرستاری (و نه دانشجویان علوم پزشکی) انجام شده است(۱۲).

در این مطالعه دانشجویان پزشکی در حیطه تندرستی وضعیت بهتری نسبت به دانشجویان هوشبری داشتند. با توجه به این که سایر مطالعات مشابه بر روی دانشجویان یکی از رشته‌های علوم پزشکی انجام شده است، و در مطالعه کوشان نیز که بر روی دانشجویان علوم پزشکی صورت گرفته به مقایسه رشته‌های مختلف نپرداخته است، از این رو امکان مقایسه نتایج با سایر مطالعات وجود ندارد.

نتایج این مطالعه نشان داد که وضعیت مطالعه در حیطه توانایی خواندن در دانشجویانی که درساعات مختلف شبانه روز مطالعه می‌کنند، نسبت به افرادی که فقط عصرها مطالعه می‌کنند، بهتری است. نوریان علی ، به نقل از موراتان

[Downloaded from ijme.mui.ac.ir on 2026-10-30]

(Moruthane)، در مطالعه خود، توزیع یکنواخت زمان مطالعه در ساعات اولیه صبح، خلال روز، عصر و شب را توصیه می‌نماید و ساعات متوالی پشت سر هم مطالعه کردن را مناسب نمی‌داند(۷). بر اساس نتایج، دانشجویانی که در طول ترم مطالعه می‌کردند در حیطه‌های مدیریت زمان، وضعیت فیزیکی، یادداشت‌برداری و انگیزش یادگیری به نسبت کسانی که فقط شب امتحان مطالعه دارند وضعیت بهتری داشتند.

در مطالعه نبوی و عسگریان بر روی دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحد پزشکی تهران، دانشجویانی که در طول ترم جهت امتحان آماده می‌شدند. عملکرد تحصیلی بهتری داشتند(۱۸).

در این پژوهش، اکثریت دانشجویان از کتاب و جزوه به عنوان منابع مورد مطالعه جهت امتحان استفاده می‌کردند. در مطالعه نجی نیز اکثریت دانشجویان از یادداشت‌ها و جزوات کلاسی به عنوان منبع مهم مطالعه‌ی خود استفاده می‌کردند و صرفاً به مطالب ارائه شده توسط استاد در کلاس اکتفا می‌نمودند(۱٤).

در این مطالعه تفاوت معناداری بین عادت‌های مطالعه با توجه به وضعیت تأهل مشاهده نشد که این می‌تواند به دلیل کم بودن تعداد افراد متأهل در این مطالعه باشد. در مطالعه‌ی فریدونی مقدم و چراغیان نیز تفاوت معناداری بین عادت‌های مطالعه واحدهای مورد پژوهش با توجه به وضعیت تأهل مشاهده نشد(۱۲). اما در مطالعه نوریان و همکاران، دانشجویان مجرد در حیطه‌های سرعت مطالعه، یادداشت‌برداری، و درک مطلب به طور معناداری از متأهلین بهتر بودند(۱۳). پیشنهاد می‌شود در مطالعات آتی گروه‌های بزرگ‌تری از افراد متأهل مورد بررسی قرار گیرند تا امکان مقایسه‌ی بهتر فراهم گردد.

در این مطالعه نمرات کسب شده در مهارت‌ها و عادات مطالعه در هیچ‌کدام از حیطه‌های عادات مطالعه بر حسب وضعیت سکونت دانشجویان اختلاف معناداری را نشان نداد؛ که با یافته‌های مطالعه‌ی نوریان و همکاران هم‌خوان است(۷و۱۳). اما مغایر با یافته‌های مطالعه حاضر، مطالعه راوری و همکاران با استفاده از پرسشنامه محقق‌ساخته بر روی دانشجویان علوم پزشکی کرمان نشان داد که بین مدیریت زمان مطالعه و محل سکونت دانشجویان ارتباط معناداری وجود دارد و دانشجویان خوابگاهی کمترین نمره مدیریت زمان را داشتند و دانشجویانی که با والدین زندگی می‌کنند، بیشترین نمره مدیریت زمان را دارند(۱۹).

در مقایسه با مطالعات مشابه، این پژوهش به بررسی ارتباط حیطه‌های مختلف عادات مطالعه با عوامل متعددی از شیوه‌های مطالعه و عوامل جمعیت شناختی پرداخته است. همچنین مطالعات گذشته بر روی دانشجویان رشته خاص و یا در یک مقطع تحصیلی انجام شده است؛ در حالی که نمونه مورد پژوهش در این مطالعه کلیه دانشجویان علوم پزشکی بودند. اما باید به محدودیت‌های پژوهش نیز توجه داشت از جمله این که نحوه پاسخ‌دهی به پرسشنامه می‌تواند تحت تأثیر شرایط عاطفی و وقایع روزمره زندگی نیز قرارگیرد ولی امکان کنترل کامل این شرایط وجود نداشت. از طرفی در هر ترم تحصیلی، واحدهای کارآموزی با اساتید مختلفی ارائه می‌شود و ممکن است ملاک نمره‌دهی اساتید با یکدیگر متفاوت باشد، که می‌تواند بر معدل دانشجویان (که نشانگر عملکرد تحصیلی آنها است) تأثیر بگذارد.

در نهایت به نظر می‌رسد که تفاوت‌های مطالعات مختلف علاوه بر ابزار متفاوت سنجش و جامعه مورد مطالعه، به دلیل ویژگی‌های مختلف تیپ‌های دانشگاهی در سطح کشور نیز هست . لذا پیشنهاد می‌گردد که مطالعات مشابه در حجم نمونه‌های بیشتر در سطح کل دانشجویان علوم پزشکی کشور انجام شود تا قابلیت تعمیم‌پذیری بیشتری داشته باشد.

نتیجه‌گیری

به طور کلی نتایج این مطالعه نشان داد که وضعیت عادات مطالعه دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی بیرجند در حد متوسط است و می‌توان گفت که شیوه‌ی مطالعه‌ی آنها از کیفیت مطلوبی برخوردار نیست. با توجه به اهمیت عادات

[Downloaded from ijme.mui.ac.ir on 2026-10-30]

مطالعه در عملکرد و پیشرفت تحصیلی افراد و از آنجایی که عملکرد تحصیلی در نهایت تأثیر قطعی بر آینده شغلی و تحصیلی افراد دارد، برنامه‌ریزی در جهت بهبود روش‌ها و عادات مطالعه‌ی دانشجویان ضروری است. همچنین پیشنهاد می‌گردد که در بدو ورود دانشجویان به دانشگاه، کلاس‌های آشنایی با راهبردها و عادت‌های صحیح مطالعه، برای آنها برگزار شده و به منظور آموزش عادت‌های مفید مطالعه از سوی دفاتر مشاوره در دانشگاه‌ها برای کلیه دانشجویان به طور مستمر برنامه‌های مداخله‌ای برگزار گردد.

قدردانی

از دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی بیرجند که در اجرای این طرح همکاری‌های لازم را ارائه نمودند تشکر می‌گردد. این پژوهش حاصل طرح پژوهشی با شماره٤٩٤ مصوب ١٣٩٠/٢/٢٣ دانشگاه علوم پزشکی بیرجند می‌باشد که دانشگاه علوم پزشکی بیرجند بودجه اجرای آن را تأمین کرده است.

منابع

1. Seif AA. [Training psychology].Tehran: Agah; 2001: 171-82.[Persian]
2. [Improve study skills and effective learning methods]. Tehran:Teb va tazkiyeh, 2001.[Persian]
3. Khadivzade T, Seif AA, Valayi N.[Relationship of students' study strategies with their personal characteristics and academic background]. Iranian Journal of Medical Education. 2004; 4 (2): 53-61.[Persian]
4. Seif AA. [Methods of learning and reading]. 3rd ed. Tehran: Agah; 2001. [Persian]
5. Seif AA. [Psychology nurture: Learning and teaching psychology]. 5rd ed. Tehran: Agah; 2001. [Persian]
6-Haghani F, Khadivzade T.[The Effect of a Learning and Study Skills Workshop on Talented Students' Learning and Study Strategies in Isfahan University of Medical Sciences].Iranian Journal of Medical Education. 2009; 9 (1) :31-40.[Persian]
7. Nourian A, Mousavinasab N, Fahri A, Mohammadzadeh A.[Medical Students' Study Skills and Habits in Zanjan University of Medical Sciences]. Iranian Journal of Medical Education. 2006; 6 (1) :101-107.[Persian]
8. Nieradko B, Borzecki A. Exercise behavior, sleep habits and time management among students of the Medical University of Lublin. Ann Univ Mariae Curie Sklodowska Med. 2003; 58 (1): 358-61.
9. Bailey P, Derbyshire J, Harding A, Middleton A, Rayson K, Syson L. Assessing impact of a study skills programme on the academic development of nursing diploma students at Northumbria University, UK. Health Info Librari J. 2007; 24 (Suppl 1): 77-85.
10. Yazdani SH, Hosseini FS.[Medical education program in 2004]. 4rd ed. Tehran: Educational Development Center, Shahid Beheshti University of Medical Sciences; 2004. [Persian]
11. Koushan M, Heidari A. [Evaluation study of habits in students of Medical School Sciences Sabzevar]. Journal of Sabzevar School of Medical Sciences and Health Services. 2007; 13(4): 185-9. [Persian].
12. FereidouniMoghadam 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;6(1): 21-28.[Persian]
13. Nourian AA, 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 In Development of Medical Education. 2010;7(2): 104-111.[Persian]
14. Nneji LM. Study habits of Nigerian university students, in Quality Conversations,Proceedings of the 25th HERDSA Annual Conference. 2002 July 7-10.PerthWestern, Australia:490-6.
15. Khadivzadeh T, Seif AA, Valayi N.[Relationship of students' study strategies withtheir personal characteristics and academic background]. Iranian Journal of Medical Education. 2004; 4 (2): 53-61. [Persian]
16. 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.

[Downloaded from ijme.mui.ac.ir on 2026-10-30]

17. De La Fuente J., Cardelle-Elawar M. Research on action–emotion style and study habits: Effects of individual differences on learning and academic performance of undergraduate students. Learning and Individual Differences. 2009; 19(4):567–576.
18.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]
19. Ravari A, Alhani F,Anoosheh M, Mirzaie-Khalilabadi T.[The pattern of time management in college students of Kerman University of Medical Sciences in the year 2006]. Iranian South Medical Journal. 2008;11(1):76-84.[Persian]

[Downloaded from ijme.mui.ac.ir on 2026-10-30]

Study Habits in Students of Birjand University of Medical Sciences

Marzieh Torshizi [1], Samaneh Varasteh [2], Zahra Poor Rezaei [3], Roghayye Fasihi [4]

Abstract

Introduction: *A regular study plan as well as applying appropriate study skills and habits is of a great importance for students to meet their educational needs. The purpose of this study was to investigate the study skills and habits of students in Birjand University of Medical Sciences.*
Methods: *This cross-sectional study was conducted on a random sample of 238 students of Birjand University of Medical Sciences in 2011. Data was collected using Palsane & Shrama Study Habit Inventory Questionnaire (PSSHI) and demographic characteristics. Spearman correlation coefficient, t-test for independent groups, ANOVA, and Tukey test were used for data analysis.*
Results: *The mean score (±SD) of the students' study habits was 45.07 (±7.81) out of 90 (maximum score). 32.8 % of the students had poor study habits, 31.1% average, 14.3% good, and 21.8 % had excellent study habits. There was a significant, weak, but positive relationship between the students' study habits and their academic performance (P<0.001, r=0.22). There was a significant relationship between some subscales of study habits and sex, degree program, time to prepare for the exam, study time, sources of study, and father's education. There wasn't any significant relationship between areas of study habits and living places, mother's education, and marital status.*
Conclusion: *Generally speaking, the students' study habits are considered to be moderate. Teaching study skills in educational workshops or courses can help students learn and understand better.*

Keywords: Study habits, Study skills, Medical students

Addresses:
[1](✉) Instructor, Faculty of Nursing and Midwifery, Birjand University of Medical Sciences, Birjand, Iran. E-mail: m3torshizi@bums.ac.ir
[2] Nurse, E-mail: Vsnail@yahoo.com
[3] Nurse, E-mail: sahel.2004@yahoo.com
[4] Nurse, E-mail: Roghayyefasihi@yahoo.com

[Downloaded from ijme.mui.ac.ir on 2026-10-30]