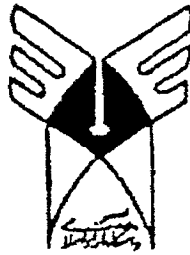


سلامت و سعادت



دانشگاه آزاد واحد علوم پزشکی تهران

پایان نامه: جهت دریافت دکترای حرفه ای

## موضوع:

بررسی مهارت ها و عادات مطالعه دانشجویان رشته پزشکی دانشگاه

آزاد اسلامی واحد شمال تهران در سال تحصیلی ۸۸-۱۳۸۷

استاد راهنما:

سرکار خانم دکتر فرشته شاه محمدی ۱۳۸۹/۶/۲

این اطلاعیه جهت آشنایی بزرگ  
شماره ۴۲۶۴

نگارش:

علی نوریان

شماره پایان نامه: ۴۲۶۴

سال تحصیلی ۸۸

ب  
۱۴۰۸۶۵

## بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

### دُعایِ مطالعه

اللَّهُمَّ أَخْرِجْنِي مِنْ ظُلُمَاتِ الْوَهْمِ      خداوندا مرا خارج کن از تاریکی وهم

وَأَكْرِمْنِي بِنُورِ الْفَهْمِ      کرامت ده مرا از روشنی دانش و فهم

اللَّهُمَّ افْتَحْ عَلَيْنَا أَبْوَابَ رَحْمَتِكَ      خداوندا به روی ما گشا درهای رحمت

وَأَنْشُرْ عَلَيْنَا خَزَائِنَ عِلْمِكَ      بگستر گنج دانشهای خود بر روی امت

بِرَحْمَتِكَ يَا أَرْحَمَ الرَّاحِمِينَ      به لطفت مهربانتر از تمام مهربانان

**این تحفه و همه وجود تقدیم به پروردگارم او که یک لحظه**

**تنهایم نگذاشت و گرمای محبتش شعله عشق و امید را در**

**وجودم روشن نگه داشته است .**

تقدیم به

پدر م که صبر و بردباری را به من آموخت

تقدیم به

مادرم که عشق و محبت او بهترین هدیه

زندگی من است

تقدیم به

خواهر عزیزم که همواره در قلب من جای دارد و فردای

موفقش آرزوی من است

**با تشکر از استاد ارجمند سرکار خانم دکتر فرشته شاه محمدی که**

**راهنمایی این رساله را قبول فرموده و بارهنمودهای ارزنده**

**خود مرا در به ثمر رساندن آن یاری فرمودند**



# فهرست مطالب

صفحه	عنوان
۱	چکیده فارسی
۴	فصل اول
۵	۱-۱- مقدمه
۷	۱-۲- هدف کلی
۷	۱-۳- اهداف جزئی
۷	۱-۴- اهداف کاربردی
۸	۱-۵- تعریف واژه ها
۹	فصل دوم
۱۰	۲-۱- دانستنی های پژوهش
۱۰	۲-۲- مبانی نظری مطالعه و یادگیری
۱۰	۲-۲-۱- انواع نظریه های رفتارگرایی
۱۰	۲-۲-۱-۱- شرطی سازی کلاسیک (Classical Conditioning)
۱۱	۲-۲-۱-۲- نظریه شرطی سازی وسیله ای (Instrumental Conditioning)
۱۱	۲-۲-۱-۳- نظریه شرطی سازی کنشگر (Operant Conditioning)
۱۱	۲-۲-۲- انواع نظریه های شناختی
۱۱	۲-۲-۲-۱- نظریه گشتالت (Gestalt)
۱۲	۲-۲-۲-۲- نظریه آزوبل (David Ausubel)
۱۲	۲-۲-۲-۳- نظریه شناختی اجتماعی (Social cognitive)
۱۲	۲-۲-۲-۴- نظریه خبر پردازي (Information processing)
۱۳	الف) حافظه حسی
۱۳	ب) حافظه کوتاه مدت
۱۴	ج) حافظه دراز مدت
۱۵	۲-۳- مهارت های یادگیری و مطالعه (راهبردهای شناخت و فرا شناخت)
۱۶	۲-۳-۱- اصطلاح شناخت

۱۶	۲-۳-۲- اصطلاح فرا شناخت
۱۷	۲-۴- سبکهای یادگیری
۱۷	۲-۴-۱- دسته بندی سبکهای یادگیری
۱۸	۲-۵- روش های مطالعه
۱۹	۲-۵-۱- روش خواندن اجمالی
۱۹	۲-۵-۲- روش تند خوانی
۲۱	۲-۵-۳- روش عبارت خوانی
۲۲	۲-۵-۴- روش دقیق خوانی
۲۳	۲-۵-۵- روش خواندن تجسسی
۲۴	۲-۵-۶- روش خواندن انتقادی
۲۴	۲-۵-۷- روش خواندن برای درک زیبایی و جنبه های هنری مطلب
۲۵	۲-۵-۸- روش پس ختام یا روش پس خبا: (SQ3R)
۲۷	۲-۵-۹- روش MURDER
۲۸	۲-۶- مهارت های دیگر مطالعه
۲۸	۲-۶-۱- مدیریت زمان
۲۹	۲-۶-۲- تمرکز حواس حین مطالعه
۳۰	۲-۶-۳- عادات مطالعه
۳۱	۲-۶-۴- سرعت مطالعه
۳۱	۲-۶-۵- درک مطلب
۳۲	۲-۶-۶- یادداشت برداری حین مطالعه
۳۳	۲-۷- پیشینه تحقیق

### فصل سوم

۴۴	۳-۱- نوع مطالعه
۴۴	۳-۲- جمعیت مورد مطالعه
۴۴	۳-۳- واحد پژوهش
۴۴	۳-۴- متغیرها
۴۴	۳-۵- روش نمونه گیری
۴۴	۳-۶- روش اجرای پژوهش
۴۵	۳-۷- شرایط نمونه ها

۴۵	۳-۷-۱- معیار های ورود به مطالعه
۴۵	۳-۷-۲- معیار های خروج از مطالعه
۴۵	۳-۸- روش تجزیه تحلیل داده ها
۴۶	۳-۹- ملاحظات اخلاقی
۴۷	<b>فصل چهارم</b>
۴۸	۴- یافته های پژوهش
۷۳	<b>فصل پنجم</b>
۷۴	۵-۱- بحث و نتیجه گیری
۸۴	۵-۲- پیشنهادات
۸۵	فهرست منابع
۹۰	چکیده انگلیسی
۹۳	ضمیمه

## فهرست جداول و نمودارها

صفحه	عنوان
۴۹	جدول ۴-۱ پراکنندگی دانشجویان بر حسب جنس
۴۹	جدول ۴-۲ پراکنندگی دانشجویان بر حسب تاهل
۴۹	جدول ۴-۳ پراکنندگی دانشجویان بر حسب مقطع تحصیلی
۴۹	جدول ۴-۴ پراکنندگی دانشجویان بر حسب نحوه سکونت
۵۰	جدول ۴-۵ میانگین و انحراف معیار نمرات کسب شده دانشجویان در زمینه مهارت های مطالعه
۵۰	جدول ۴-۶ توزیع فراوانی و درصد پاسخ های دانشجویان به سوالات حیطة مدیریت زمان در مطالعه به تفکیک هر سوال
۵۱	جدول ۴-۷ توزیع فراوانی و درصد پاسخ های دانشجویان به سوالات حیطة تمرکز حین مطالعه به تفکیک هر سوال
۵۲	جدول ۴-۸ توزیع فراوانی و درصد پاسخ های دانشجویان به سوالات حیطة یادداشت برداری به تفکیک هر سوال
۵۳	جدول ۴-۹ توزیع فراوانی و درصد پاسخ های دانشجویان به سوالات حیطة درک مطلب به تفکیک هر سوال
۵۴	جدول ۴-۱۰ توزیع فراوانی و درصد پاسخ های دانشجویان به سوالات حیطة سرعت مطالعه به تفکیک هر سوال
۵۵	جدول ۴-۱۱ توزیع فراوانی و درصد پاسخ های دانشجویان به سوالات حیطة عادات مطالعه به تفکیک هر سوال
۵۵	جدول ۴-۱۲ توزیع فراوانی، میانگین و انحراف معیار در زمینه مدیریت زمان دانشجویان به تفکیک متغیرهای مطالعه
۵۶	نمودار ۴-۱ مقایسه میانگین نمره مدیریت زمان دانشجویان به تفکیک جنس
۵۷	نمودار ۴-۲ مقایسه میانگین نمره مدیریت زمان دانشجویان به تفکیک مقطع تحصیلی
۵۷	جدول ۴-۱۳ توزیع فراوانی، میانگین و انحراف معیار در زمینه تمرکز حین مطالعه دانشجویان به تفکیک متغیرهای مطالعه
۵۸	جدول ۴-۱۴ توزیع فراوانی، میانگین و انحراف معیار در زمینه یادداشت برداری حین مطالعه دانشجویان به تفکیک متغیرهای مطالعه
۵۹	جدول ۴-۱۵ توزیع فراوانی، میانگین و انحراف معیار در زمینه درک مطلب دانشجویان به تفکیک متغیرهای مطالعه
۶۰	نمودار ۴-۳ مقایسه میانگین نمره یادداشت برداری دانشجویان به تفکیک وضعیت تاهل
۶۱	نمودار ۴-۴ مقایسه میانگین نمره درک مطلب دانشجویان به تفکیک وضعیت تاهل
۶۱	نمودار ۴-۵ مقایسه میانگین نمره درک مطلب دانشجویان به تفکیک مقطع تحصیلی
۶۱	جدول ۴-۱۶ توزیع فراوانی، میانگین و انحراف معیار در زمینه سرعت مطالعه دانشجویان به تفکیک متغیرهای مطالعه
۶۲	نمودار ۴-۶ مقایسه میانگین نمره سرعت مطالعه دانشجویان به تفکیک وضعیت تاهل

- جدول ۱۷-۴ توزیع فراوانی، میانگین و انحراف معیار در زمینه ساعات مطالعه در طول روز دانشجویان به تفکیک متغیرهای مطالعه ۶۴
- نمودار ۷-۴ مقایسه میانگین ساعات مطالعه در طول روز دانشجویان به تفکیک مقطع تحصیلی ۶۵
- نمودار ۸-۴ مقایسه میانگین ساعات مطالعه در طول روز دانشجویان به تفکیک نحوه سکونت ۶۵
- جدول ۱۸-۴ توزیع فراوانی، میانگین و انحراف معیار در زمینه روزهای مطالعه در طی هفته توسط دانشجویان به تفکیک متغیرهای مطالعه ۶۶
- نمودار ۹-۴ مقایسه میانگین روزهای مطالعه در طول هفته دانشجویان به تفکیک مقطع تحصیلی ۶۷
- نمودار ۱۰-۴ مقایسه میانگین روزهای مطالعه در طول هفته دانشجویان به تفکیک نحوه سکونت ۶۷
- جدول ۱۹-۴ توزیع فراوانی زمان مطالعه اختصاص یافته توسط دانشجویان در طول روز بر حسب جنس ۶۸
- جدول ۲۰-۴ توزیع فراوانی زمان مطالعه اختصاص یافته توسط دانشجویان در طول روز بر حسب وضعیت تاهل ۶۸
- جدول ۲۱-۴ توزیع فراوانی زمان مطالعه اختصاص یافته توسط دانشجویان در طول روز بر حسب مقطع تحصیلی دانشجویان ۷۰
- نمودار ۱۱-۴ مقایسه درصد وضعیت مطالعه دانشجویان در طول روز به تفکیک مقطع تحصیلی ۷۱
- نمودار ۱۲-۴ مقایسه درصد وضعیت مطالعه دانشجویان در طول روز به تفکیک مقطع تحصیلی ۷۱
- جدول ۲۲-۴ توزیع فراوانی زمان مطالعه اختصاص یافته توسط دانشجویان در طول روز بر حسب نحوه سکونت ۷۲
- جدول ۲۳-۴ ضریب همبستگی عادات مطالعه روزانه دانشجویان با مهارتهای مطالعه آنان ۷۲

بررسی مهارت ها و عادات مطالعه دانشجویان رشته پزشکی دانشگاه آزاد اسلامی

واحد شمال تهران در سال تحصیلی ۸۸-۱۳۸۷

شماره دانشجویی: ۸۱۴۷۶۴۳۰

نگارش: علی نوریان

استاد راهنما: سرکار خانم دکتر فرشته شاه محمدی

کد پایان نامه: ۱۳۶۱۰۱۰۱۸۶۱۰۲۲

شماره پایان نامه: ۴۲۶۴

#### مقدمه:

دانشجویان پزشکی در مدت طولانی تحصیل خود با حجم بسیار متنوعی از مطالب درسی روبرو هستند، بنحوی که یادگیری آنها نیازمند انتخاب شیوه مناسب مطالعه از طریق انتخاب و ترکیب فنون و عادات صحیح مطالعه می باشد. داشتن برنامه درسی منظم به همراه به کارگیری درست مهارت های مطالعه در دستیابی دانشجویان به نیازهای آموزشی نقش موثری را ایفا می نماید. در این مطالعه بر آن شدیم مهارت ها و عادات مطالعه دانشجویان رشته پزشکی را مورد بررسی قرار دهیم.

#### روش بررسی:

این مطالعه از نوع توصیفی و مقطعی می باشد، پرسشنامه در بین ۷۸۷ نفر از دانشجویان رشته پزشکی در تمامی مقاطع تحصیلی در سال تحصیلی ۸۸-۸۷ دانشگاه آزاد اسلامی واحد شمال تهران توزیع شد. روائی پرسشنامه با استفاده از نظرات متخصصین و پایائی آن با استفاده از تعیین ضریب آلفای کرونباخ  $\alpha = 0/89$  محاسبه گردید. اطلاعات بدست آمده در دو بخش دمو گرافیک و ۲۷ سوال اختصاصی با مقیاس لیکرت ۵ نقطه ای از کاملاً موافقم تا کاملاً مخالفم با استفاده از نرم

افزار ۱۱/۵ - SPSS تجزیه و تحلیل شد. نمره کمتر میانگین نشان دهنده مهارت و عادات مطالعه مناسب تر بود.

### نتایج:

میانگین نمرات کسب شده برای هر یک از مهارت ها و عادات مطالعه دانشجویان بترتیب در زمینه مدیریت زمان ۳/۶۵، درک مطلب ۳/۳۱، تمرکز حین مطالعه ۳، سرعت مطالعه ۲/۴۰ و یادداشت برداری حین مطالعه ۲/۴۷ از حداکثر ۵ بود. در کل حیطه ها دانشجویان پسر نسبت به دختر به طور نسبی وضعیت بهتری داشتند، بنحوی که در مدیریت زمان این اختلاف معنی دار می باشد. دانشجویان مجرد نیز نسبت به متاهلین به طور نسبی وضعیت مطلوب تری در مهارت مطالعه از خود نشان داده اند به طوری که در حیطه های یادداشت برداری، سرعت مطالعه و درک مطلب دارای اختلاف معنی دار بودند، همچنین در رابطه با مقطع تحصیلی در دو حیطه مدیریت زمان و درک مطلب به طور معنی داری دانشجویان کارورزی نسبت به سایر مقاطع اختلاف نشان دادند. در ارتباط با نحوه سکونت دانشجویان با زمینه های مختلف مهارت های مطالعه اختلاف معنی دار دیده نشد. متوسط ساعت مطالعه دانشجویان در طول روز ۳/۹۴ ساعت (حدود ۴ ساعت) و میانگین تعداد روزهای مطالعه در هفته نیز ۳/۳ بدست آمد و به طور متوسط ساعاتی که در طول روز و هفته دانشجویان صرف مطالعه می نمایند با افزایش مقطع تحصیلی کاهش نشان می دهد. بیش از ۸۰٪ دانشجویان در ساعات عصر و شب به مطالعه می پردازند.

## بحث و نتیجه گیری:

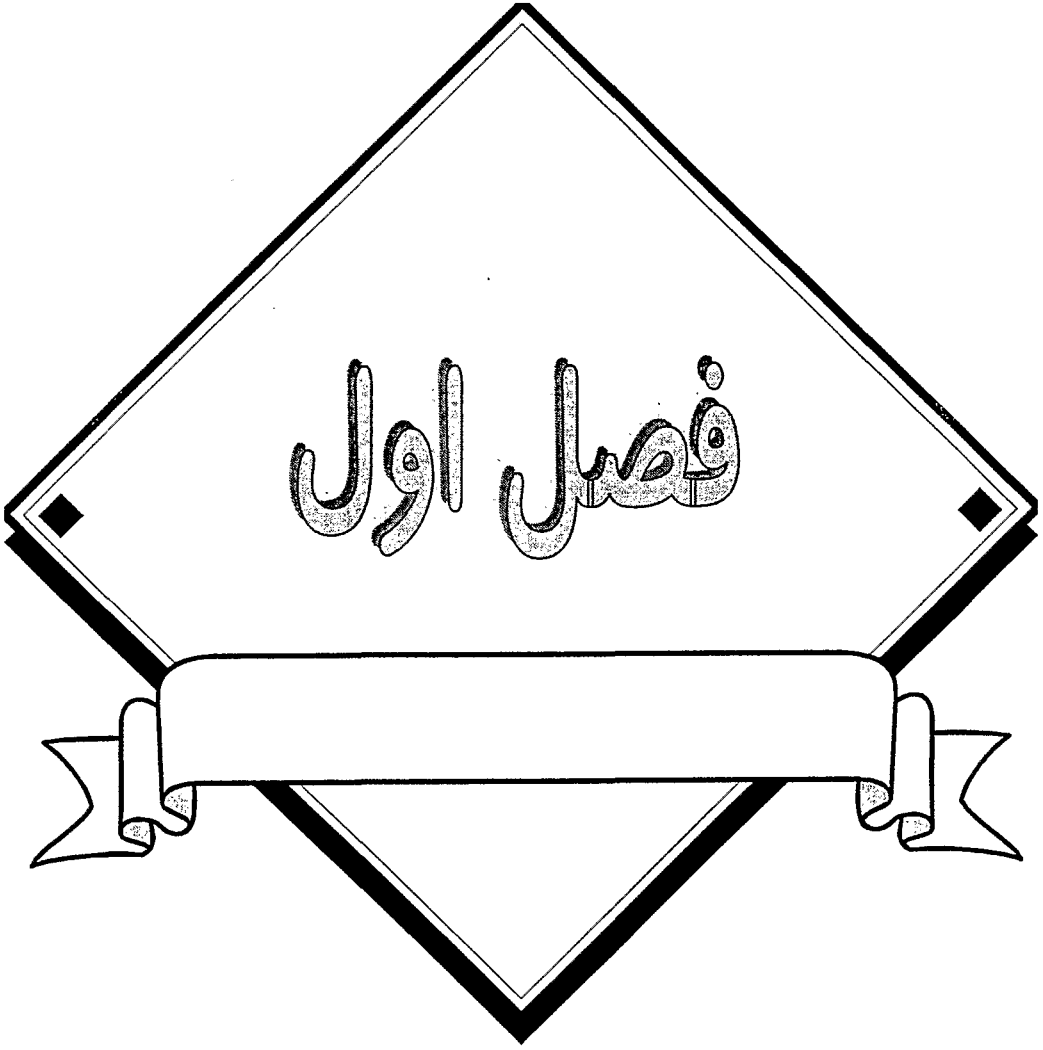
در این مطالعه دانشجویان به طور نسبی در زمینه یادداشت برداری و سرعت مطالعه در مقایسه با مدیریت زمان، درک مطلب و تمرکز حین مطالعه وضعیت مناسب تری را نشان دادند و در برخی زمینه ها دانشجویان پسر در مقایسه با دختران وضعیت بهتری داشتند، بنظر می رسد به منظور اصلاح روند یادگیری دانشجویان آموزش مهارت ها و عادات مطالعه بصورت واحد درسی و یا برگزاری کارگاه های فشرده آموزشی آن هم در زمان ورود دانشجویان به دانشگاه، پیشنهادی سازنده و موثر باشد.

## واژه های کلیدی:

مهارت های مطالعه/عادات مطالعه/دانشجویان پزشکی/مدیریت زمان/سرعت مطالعه/تمرکز حین

مطالعه/دانشکده پزشکی دانشگاه آزاد اسلامی واحد شمال





## ۱-۱- مقدمه:

مطالعه‌ی ثمربخش از دو عامل متأثر است: یکی علاقه نسبت به مطالب خواندنی، دیگر کاربرد ماهرانه فنون مطالعه. علاقه نسبت به مطلب خواندنی سبب می‌شود که شخص به مطالعه بیشتر بپردازد، مطالعه بیشتر منجر به بهتر شدن کاربرد فنون مطالعه می‌شود، برای انتخاب بهترین روش‌ها و فنون مطالعه ابتدا باید منظور خواننده از خواندن و نوع مطلب مورد مطالعه مشخص شود و بعد معلوم شود که کدام روشها و فنون به بهترین وجهی منظور خواننده را تامین می‌کنند. کاربرد فنون بهتر، مطالعه را آسانتر، سریعتر و لذت بخش‌تر می‌سازد در نتیجه، علاقه خواننده نسبت به مطالعه افزایش می‌یابد و سبب می‌شود تا او به مطالعه بیشتر بپردازد، از خواندن مطالبی که باید بخواند دوری نکند و در زمان کمتر مطالب بیشتری را بخواند. (۱)

از آنجائیکه یک دانشجوی رشته پزشکی در مدت طولانی تحصیل خود با حجم بسیار متنوعی از مطالب و دروسی روبه‌رو است که قبلاً در مقاطع پائین‌تر با آنها مواجه نبوده یا کمتر برخورد داشته است، حجم و دشواری اطلاعات جدید علمی در علوم پایه پزشکی در رابطه با روشهای جدید تشخیص و درمان بیماریها، به حافظه سپردن مبانی علم پزشکی را کاری دشوار نموده است. گسترش سریع علم، یادگیری آن را نیازمند صرف زمانی غیر ممکن و داشتن برنامه درسی کرده است. بدیهی است که نبود روش مطالعه صحیح اکثر دانشجویان را دچار سردرگمی و دلزدگی از تحصیل می‌کند. همین مشکل می‌تواند تا مدتها ذهن آنها را مشغول کند و سبب از بین رفتن انرژی و وقت آنها گردد و دست آخر آنها را به سوی روشهای نادرست مطالعه سوق دهد اگرچه این روش‌های نادرست ممکن است پاسخگوی اهداف مقطعی دانشجویان که همان کسب نمره قبولی است را تامین کند ولی سبب هزاران ضرر دیگر بوده و سبب دور کردن دانشجو از اهداف والایش یعنی ارتقای علم و آگاهی و رسیدن به رشد و کمال می‌شود.

این زمانی است که دانشجو معنای واقعی خود یعنی جوینده علم بودن را از دست می دهد و تبدیل به یک ماشین بدون فکر و بی اراده می شود که سعی در حفظ یکسری محفوظات ثابت و تکراری دارد، پس لازم است که در همان روزهای آغازین که قدم در این راه مقدس و پر فراز و نشیب می گذارد، بداند که چه باید بیاموزد و چگونه این آموخته ها را چون گنجی در ذهن خود جای دهد و بدین ترتیب بتواند همزمان با پیشرفت علم، معلومات خود را گسترش دهد و به روز باشد. این مهم زمانی تحقق می یابد که هر دانشجو بتواند عادات مطالعه ای خود را اصلاح کند و روش ها و مهارت های صحیح مطالعه را کسب کند.

مهارت های مطالعه، مانند سایر تواناییهای آموختن انسان امری است اکتسابی که از راه تمرین و ممارست حاصل می شود. (۱)

مهارت های مختلفی در زمینه مطالعه وجود دارد، مهارت هایی همچون یادداشت برداری، مدیریت زمان، تمرکز در حین مطالعه، سرعت مطالعه و درک مطلب عادات مطالعه شامل خواندن اجمالی، عبارت خوانی، دقیق خوانی، خواندن انتقادی که به تحریک کنجکاوی و فهم هر چه بیشتر مطالب استوار است.

با توجه به این مطالب بر آن شدیم که مطالعه ای را جهت بررسی مهارت ها و عادات مطالعه ای دانشجویان دانشکده پزشکی دانشگاه علوم پزشکی آزاد تهران واحد شمال انجام دهیم. این مطالعه به ما کمک می کند که بتوانیم نقاط ضعف موجود در این زمینه را شناسایی کنیم و با تدوین برنامه ای اصولی گامی در جهت بهبود کیفیت مطالعه دانشجویان برداریم و به این ترتیب شاهد شکوفائی استعداد های بالقوه آنان گردیم.

## ۱-۲- هدف کلی:

بررسی مهارت ها و عادات مطالعه دانشجویان پزشکی دانشگاه آزاد تهران واحد شمال در در سال

تحصیلی ۱۳۸۷-۸۸

## ۱-۳- اهداف جزئی:

۱- تعیین عادت و مهارت برخی دانشجویان نسبت به تمرکز حین مطالعه بر حسب جنس دانشجویان.

۲- تعیین عادت و مهارت برخی دانشجویان نسبت به تمرکز حین مطالعه بر حسب مقطع تحصیلی

دانشجویان.

۳- تعیین عادت و مهارت برخی دانشجویان با روش یادداشت برداری حین مطالعه بر حسب جنس

دانشجویان.

۴- تعیین عادت و مهارت برخی دانشجویان با روش یادداشت برداری حین مطالعه بر حسب مقطع

تحصیلی دانشجویان.

۵- تعیین عادت و مهارت برخی دانشجویان در مدیریت زمان برای مطالعه بر حسب جنس دانشجویان.

۶- تعیین عادت و مهارت برخی دانشجویان در مدیریت زمان برای مطالعه بر حسب مقطع تحصیلی

دانشجویان.

۷- تعیین عادت و مهارت مطالعه برخی دانشجویان بر حسب جنس.

۸- تعیین عادت و مهارت مطالعه برخی دانشجویان بر حسب مقطع تحصیلی.

## ۱-۴- اهداف کاربردی:

با استفاده از نتایج این پایان نامه می توان پی به نقاط ضعف دانشجویان در زمینه عادات و مهارت

های مطالعه برد و بدین ترتیب برنامه مدونی را برای سازماندهی مطالعه دانشجویان طرح ریزی کرد و