

بررسی تأثیر آموزش مهارت‌های مطالعه بر راهبردهای یادگیری و مطالعه، خودکارامدی و رضایتمندی دانشجویان جدیدالورود پرستاری و مامایی دانشگاه علوم پزشکی شهر کرمان

عصمت نوحی^{۱*}، ناهید فلاح نژاد^۲، بهشید گروسی^۳، علی اکبر حق دوست^۴

۱. دکترای تخصصی آموزش پرستاری، استادیار، گروه آموزش پرستاری داخلی و جراحی، دانشکده پرستاری و مامایی رازی، مرکز مطالعات و توسعه آموزش پزشکی، دانشگاه علوم پزشکی کرمان، کرمان، ایران
 ۲. کارشناس ارشد آموزش پزشکی، دانشگاه علوم پزشکی کرمان، کرمان، ایران
 ۳. متخصص اعصاب و روان، استاد، مرکز تحقیقات علوم اعصاب، مرکز مطالعات و توسعه آموزش پزشکی، دانشگاه علوم پزشکی کرمان، کرمان، ایران
 ۴. استاد اپیدمیولوژی، مرکز تحقیقات مدلسازی در سلامت، پژوهشکده آینده پژوهی در سلامت، دانشگاه علوم پزشکی کرمان، کرمان، ایران
- دریافت مقاله: ۹۱/۸/۸ آخرین اصلاح مقاله: ۹۲/۲/۲۴ • پذیرش مقاله: ۹۲/۸/۳

زمینه و هدف: عدم رعایت اصول مطالعه موجب پایین آمدن سطح کارایی و بازدهی انسان، تضعیف روحیه و کاهش اعتماد به نفس، خستگی و دلزدگی از مطالعه می‌شود. مطالعه مؤثر مانند هر کار دیگری نیاز به یادگیری مهارت‌های ویژه دارد. این مهارت‌ها شامل روش‌های دریافت، ذخیره‌سازی و یادآوری صحیح مطالب است. هدف اصلی این پژوهش، نشان دادن نقش و تأثیر آشنایی با مهارت‌های تحصیلی شامل راهبردهای مطالعه و یادگیری در اصلاح سبک‌های مطالعه و خودکارامدی تحصیلی و رضایتمندی دانشجویان بود.

روش کار: پژوهش حاضر از نوع مداخله‌ای (Interventional) بود که با استفاده از آزمون قبل و بعد از آموزش بر روی ۷۵ نفر از دانشجویان پرستاری و مامایی جدیدالورود سال ۱۳۹۰ دانشگاه علوم پزشکی شهر کرمان انجام شد. دانشجویان یک پرسش‌نامه شامل چهار بخش اطلاعات دموگرافیک، راهبردهای مطالعه و یادگیری، خودکارامدی و رضایتمندی را تکمیل نمودند. جمع‌آوری اطلاعات در دو نوبت قبل و بعد از آموزش انجام و نتایج به دست آمده با هم مقایسه شد. تجزیه و تحلیل داده‌ها با استفاده از نرم‌افزار آماری SPSS، آزمون Paired t و شاخص‌های مرکزی و پراکندگی صورت گرفت و داده‌ها با استفاده از جداول توصیفی بیان گردید.

یافته‌ها: بین میانگین راهبردهای یادگیری قبل از مداخله ($10/5 \pm 2/6$) و بعد از مداخله ($13/6 \pm 1/8$) و همچنین بین میانگین راهبردهای مطالعه قبل از مداخله ($10/6 \pm 1/8$) و بعد از مداخله اختلاف معنی‌داری وجود داشت ($P < 0/001$). بین میانگین خودکارامدی قبل از مداخله ($10/5 \pm 3/2$) و بعد از مداخله ($12/3 \pm 2/4$) و بین میانگین رضایتمندی قبل از مداخله ($9/4 \pm 3/4$) و بعد از مداخله ($12/08 \pm 2/9$) نیز اختلاف معنی‌داری مشاهده شد ($P < 0/001$).

نتیجه‌گیری: راهبردهای یادگیری و مطالعه قابل آموزش و یادگیری هستند و با ارتقای این راهبردها احساس رضایتمندی و خودکارامدی در دانشجویان افزایش می‌یابد. با استفاده از نتایج این مطالعه، پیشنهاد می‌گردد که یک درس یک واحدی برای آموزش راهبردهای مطالعه و یادگیری جهت ارتقای این مهارت‌ها به دانشجویان دانشگاه‌ها طراحی شود.

کلید واژه‌ها: مهارت‌های مطالعه، راهبردهای مطالعه، یادگیری، خودکارامدی، رضایتمندی، دانشجو

* نویسنده مسؤول: مرکز مطالعات و توسعه، دانشگاه علوم پزشکی کرمان، ابتدای بلوار هفت باغ، کرمان، ایران

مقدمه

نظام‌های آموزشی و فعالیت‌های حاکم بر آن با توجه به پیشرفت جوامع، همواره دستخوش تغییر و تحول هستند که این امر خود معلول تحولات اجتماعی و علوم مختلف آن می‌باشد. سرعت تحول نظام‌های آموزشی به حدی است که گاهی موجب تغییر کل ساختار آموزشی جامعه می‌گردد. هیچ کس در دنیای امروز از آموزش و یادگیری بی‌نیاز نیست و یادگیری بخشی از زندگی انسان‌ها محسوب می‌گردد (۱).

شاید به جرأت بتوان گفت که مهم‌ترین اصل زندگی انسان‌ها یادگیری است؛ چرا که انسان از بدو تولد تا انتها با فرایندهای مختلف یادگیری روبه‌رو می‌باشد. یادگیری غیر مؤثر علاوه بر زیان‌های اقتصادی، مشکلاتی مانند سرخوردگی، کاهش اعتماد به نفس، احساس حقارت، افسردگی و در نتیجه عدم شکوفایی کامل استعدادها و توانایی‌های فرد شکست خورده در تحصیل را در پی خواهد داشت. برای یادگیری تعاریف مختلفی ارایه شده است. رفتارگرایان یادگیری را تغییر در رفتار قابل مشاهده و اندازه‌گیری و پیروان مکاتب شناختی، آن را کسب بینش‌های جدید و یا تغییر در بینش‌های گذشته عنوان می‌کنند. بر اساس نظریه Hellois و Marqize یادگیری عبارت است از «فرایند تغییرات به نسبت پایدار در رفتار بالقوه فرد که بر اثر تجربه حاصل شده باشد» (۲).

فراگیر، زمانی مطالب جدید را یاد می‌گیرد که مفاهیم جدید منطبق بر ساختار شناختی قبلی وی باشد. ساختارهای شناختی همان راهبردها یا استراتژی‌های یادگیری هستند که با تسهیل فرایند یادگیری، عملکرد تحصیلی فراگیران را بهبود می‌بخشند. راهبردهای یادگیری ساختار ساده‌ای دارند که فراگیران با استفاده از آن قادر می‌باشند مواد آموزشی را سریع‌تر یاد بگیرند، بهتر درک نمایند و از همه مهم‌تر این‌که آن را برای مدت زمان طولانی‌تری در ذهن نگه دارند. فراگیران با به کار بردن راهبردهای یادگیری در فرایند یادگیری مشارکت فعال خواهند داشت، مطالب جدید را با اطلاعات قبلی خود پیوند

می‌زنند و نظارت مستمر بر جریان یادگیری خود پیدا خواهند نمود (۳).

یکی از مهم‌ترین وظایف دانشجو در مدت حضورش در دانشگاه، کسب علم و دانش به وسیله مطالعه تمرینش و به کمک مهارت‌های مرتبط با یادگیری و مطالعه است. دانشجو باید شرایط مطالعه مؤثر را بشناسد و این شرایط را به وجود آورد و در نهایت حفظ کند. مطالعه مؤثر مانند هر کار دیگری نیاز به یادگیری مهارت‌های ویژه دارد که این مهارت‌ها شامل روش‌های دریافت، ذخیره‌سازی و یادآوری صحیح مطالب است. متأسفانه یکی از ضعف‌های بسیار بزرگ نظام آموزشی ما (چه در سطح آموزش و پرورش و چه در سطح آموزش عالی) این است که دانش‌آموزان و دانشجویان با مهارت‌های مطالعه آشنا نمی‌شوند (۴).

در بیشتر مواقع عدم تسلط افراد به ویژه دانشجویان در استفاده از مهارت‌های مطالعه و راهبردهای شناختی و یادگیری یا به زبان ساده‌تر شیوه درس خواندن، مشکلات عدیده‌ای را به وجود می‌آورد. دانشجویان با مشکل عدم آموزش و آگاهی در زمینه چگونگی مطالعه صحیح روبه‌رو هستند و نمی‌دانند که چگونه با استفاده از راهبردهای شناختی، یادگیری را فعال کنند تا هر چه بهتر یاد بگیرند.

مطالعه فرایندی ذهنی با اصول و شرایط خاص خود است؛ منظور از شرایط مطالعه، مواردی هستند که با دانستن، به کارگیری یا فراهم نمودن آن‌ها می‌توان مطالعه مفیدتر و با بازدهی بالاتری داشت (۵).

عدم رعایت اصول مطالعه موجب پایین آمدن سطح کارایی و بازدهی انسان، تضعیف روحیه و کاهش اعتماد به نفس، خستگی و دلزدگی از مطالعه می‌شود. حافظه انسان طوری است که پس از چند دقیقه قسمتی از مطالب را فراموش می‌کند و بعد از یک شبانه‌روز فقط رئوس مطالب را به خاطر می‌آورد، اما اگر در روش‌های مطالعه تجدیدنظر شود، می‌توان بر این ضعف ذاتی حافظه غلبه کرد (۶). مهارت‌ها و راهبردهای مطالعه، روشی برای کدگذاری، ذخیره‌سازی، نگهداری،

آموزش مهارت‌ها و فنون مطالعه در بسیاری از دانشگاه‌ها در مرحله ورود دانشجویان برای بهبود فرایند یادگیری آن‌ها امری ضروری تشخیص داده شده است. دانشگاه یورک، کالج فروم، دانشگاه برکلی، دانشگاه دارتموث و بسیاری از دانشگاه‌های دیگر به این مهم پرداخته‌اند. در ایران نیز به تازگی آموزش مهارت‌ها و فنون مطالعه در طرح اصلاحات در آموزش پزشکی، در دانشگاه شهید بهشتی مورد استفاده قرار گرفته است (۱۳).

توجه به راهبردهای یادگیری و تدریس به عنوان یکی از راهکارهای عملی برای بهبود کیفیت آموزش در سومین کنفرانس بین‌المللی آموزش پزشکی مورد تأکید قرار گرفته است. شناخت این راهبردها گامی اساسی برای مداخلات آموزشی مناسب می‌باشد (۱۴).

در هنگام کنگ تفاوت‌های واضحی بین راهبردهای مطالعه و یادگیری دانشجویانی که از موفقیت بیشتری برخوردار بودند در مقایسه با سایر دانشجویان مشاهده شد. در این مطالعه نگرش و انگیزش دو عامل مهمی بودند که دانشجویان موفق را از دانشجویان ناموفق متمایز می‌ساخت؛ بنابراین پیشنهاد کرده بودند که با انجام مداخلات آموزشی می‌توان راهبردهای مطالعه و یادگیری دانشجویان را تغییر داد (۱۵).

در مطالعه دانشگاه ایالتی سن اوزه (San José State University) در سال ۱۹۹۸، مهارت‌های مطالعه و یادگیری دانشجویان - که به وسیله پرسش‌نامه LASSI (Learning and study strategies inventory) سنجیده شد- پس از ارایه یک دوره آموزش برای موفقیت تحصیلی، نسبت به قبل بهبود چشمگیری نشان داد (۱۶).

امین و همکاران در مطالعه خود دریافتند که مشکلات مربوط به مهارت‌های یادگیری و عدم آشنایی با روش‌های مؤثر و کارآمد مطالعه، در شکست تحصیلی دانشجویان مؤثر است و افت تحصیلی دانشجویان علوم پزشکی شهرکرد با بهره‌گیری از خدمات مشاوره کاهش قابل توجهی یافت (۱۷).

بازگویی و استفاده از اطلاعات به روشی منطقی، مؤثر و کافی می‌باشد (۷).

بر اساس مطالعه Weinstein و Hume، راهبردهای مطالعه و یادگیری شامل نگرش، انگیزش، کنترل زمان، اضطراب، تمرکز، راهنمای مطالعه، راهبردهای آزمون، خودآزمایی و انتخاب ایده اصلی می‌باشد (۸). مهارت‌های مطالعه با ایجاد انگیزه در فرد، فعالیت بیشتر او را به دنبال دارد. دانشجویانی که از تلاش خود نتیجه مطلوبی به دست نمی‌آورند کسانی هستند که فکر می‌کنند می‌توانند درس‌ها را بدون مطالعه مؤثر فرا گیرند (۹).

افت تحصیلی که در نتیجه عدم به کارگیری مهارت‌های مطالعه می‌باشد، از شایع‌ترین مسائلی است که فرد و نظام آموزشی را در رسیدن به اهدافش با شکست مواجه می‌کند. برخی از عوامل ایجاد کننده افت تحصیلی عبارت از: انگیزه فرد، علاقه به مطالعه، عزت نفس فرد، آمادگی قبلی، برنامه‌ریزی، مدیریت زمان و عدم به کارگیری شیوه‌ها و راهبردهای مطالعه صحیح است. کمک به دانشجویان و راهنمایی آن‌ها هم برای درک و شناخت شرایطی که در دانشگاه با آن مواجه هستند و هم برای فراگیری مهارت‌هایی که لازمه موفقیت تحصیلی‌شان است از راهکارهای موجود برای حل این مشکلات می‌باشد (۱۰).

مهارت‌های مطالعه، روش‌ها و فنونی هستند که به انسان کمک می‌کنند تا مراحل و شرایط مطالعه مؤثر را بشناسد و این شرایط را به وجود آورد و حفظ کند. این مهارت‌ها شامل مدیریت زمان، مهارت‌های خواندن، نگرش و انگیزش، تمرکز، امتحان دادن، مهارت‌های یادداشت‌برداری، مهارت‌های یادآوری و مدیریت استرس می‌باشد (۱۱).

Starke در مطالعه خود دریافت که شرکت دانشجویان در سمینارهای دانشگاهی در زمینه مهارت‌های مطالعه (نوشتن نامه، فنون تحقیق، یادداشت‌برداری و مدیریت زمان) میزان حفظ مطالب علمی را بیشتر می‌نماید (۱۲).

که محصول یا خدمات ارائه شده به وسیله یک سازمان تا چه سطحی از نیازها و انتظارات مشتری را برآورده می‌سازد (۲۰). در این راستا رضایتمندی دانشجویان را به عنوان احساس یا نگرش مثبت نسبت به خدمات آموزشی بعد از استفاده از آن تعریف می‌کنند. از آنجا که دانشجویان به عنوان دریافت کنندگان درجه اول خدمات سیستم‌های آموزشی محسوب می‌شوند، رضایت از آموزش به عنوان عوامل انگیزشی بسیار مؤثر در پیشرفت تحصیلی و احساس موفقیت در تحصیل علم و دانش حرفه‌ای از اهمیت زیادی برخوردار است. در سازمان‌های دانش محور، آگاهی از نحوه ارائه خدمات از اساسی‌ترین مکانیزم‌های مدیریت بوده و از اهمیت بسزایی برخوردار است. رضایت مشتری در این سازمان‌ها باعث پویایی آن‌ها گشته و اعتلای اهداف سازمانی را به دنبال دارد (۲۱).

دانشجویان به عنوان یکی از ارکان اصلی دانشگاه، پیکره اصلی سازمان‌ها و ارگان‌های مختلف جامعه را در آینده تشکیل می‌دهند. رضایتمندی آنان از کلیه فعالیت‌های انجام شده در دانشگاه می‌تواند در نگرش آن‌ها به رشته تحصیلی‌شان در جهت ایجاد انگیزش و حفظ ارتقای کیفیت آموزشی مؤثر باشد (۲۲).

روش کار

مطالعه حاضر یک پژوهش مداخله‌ای (Interventional) از نوع نیمه تجربی با آزمون قبل و بعد از آموزش بود که به منظور تعیین تأثیر اجرای برنامه آموزشی مهارت‌های مطالعه بر روی راهبردهای یادگیری و مطالعه، رضایتمندی و خودکارآمدی دانشجویان جدیدالورود پرستاری و مامایی انجام شد. برنامه آموزشی مذکور در قالب ۴ جلسه دو ساعته برای دانشجویان پرستاری و مامایی جدیدالورود نیمسال اول تحصیلی سال ۱۳۹۰ دانشکده پرستاری و مامایی رازی ارائه گردید. محتوای آموزشی شامل عناوین: مدیریت زمان، مهارت‌های خواندن، نگرش، تمرکز، امتحان دادن، مهارت‌های

نیک‌زاد در راهنمای تحصیل در رشته پزشکی در ایران بیان کرد که مهارت‌های مطالعه با ایجاد انگیزه در فرد، فعالیت بیشتر او را به دنبال دارد. دانشجویانی که از تلاش خود نتیجه مطلوبی به دست نمی‌آورند کسانی هستند که فکر می‌کنند می‌توانند درس‌ها را بدون مطالعه مؤثر فرا گیرند (۹).

عوامل زیادی بر موفقیت تحصیلی مؤثر هستند که از آن جمله می‌توان به خودکارآمدی در مطالعه و یادگیری اشاره کرد. بنابراین شناخت این عامل و راه‌های تقویت آن برای پیشبرد اهداف آموزشی اهمیت فراوان دارد. «خودکارآمدی به معنای توانایی ادراک شده فرد در انطباق با موقعیت‌های مشخص است و به قضاوت افراد درباره توانایی آن‌ها در انجام دادن یک کار یا انطباق با یک موقعیت خاص مربوط است. خودکارآمدی به احساس عزت نفس، ارزش خود، احساس کفایت و کارایی در برخورد با زندگی اطلاق می‌شود».

Bandura خودکارآمدی را قضاوت فرد درباره توانایی‌هایش در مورد انجام یک عمل مشخص می‌داند. وی بر اساس مطالعاتش عنوان نمود که خودکارآمدی درک شده توسط فرد مؤلفه مهمی در عملکرد او قلمداد می‌شود و معتقد است می‌توان از طریق ایجاد زمینه مناسب در جهت کسب مهارت‌ها و دانش مورد نیاز و حصول موفقیت در آن، خودکارآمدی و توانمندی شخص را افزایش داد (۱۸).

ایجاد حس خودکارآمدی در دانشجویان از طریق آموزش مهارت‌های صحیح مطالعه و ترغیب و تشویق آنان در این راستا، جزء گام‌های اساسی این مطالعه می‌باشد.

رضایت پاسخ دریافت کننده خدمات به موفقیت سازمان است. در واقع رضایت نشان دهنده سطح دلپذیری مشتری در واکنش به ویژگی کالا یا خدمت فراهم شده توسط سازمان می‌باشد؛ بنابراین رضایت مشتری یک معیار عمده در تعیین کیفیت ارائه شده از طریق فرایند خدمت یا کالا و یک منبع کسب مزیت رقابتی است (۱۹).

رضایت از درک تفاوت بین انتظارات مشتری و عملکرد واقعی سازمان در ارائه خدمات حاصل می‌شود و نشان می‌دهد

(Back translation) مورد تأیید کارشناسان قرار گرفت. بخش سوم و چهارم پرسش‌نامه پژوهشگر ساخته بوده و به ترتیب شامل ۷ پرسش مربوط به بررسی رضایتمندی دانشجویان از مهارت‌های مطالعه خود و ۷ سؤال مربوط به خودکارآمدی یادگیری و مطالعه دانشجویان بود. پرسش‌ها بر مبنای درجه‌بندی لیکرت از یک (خیلی کم) تا پنج (خیلی زیاد) نمره‌گذاری شد. بنابراین دامنه نمرات برای رضایتمندی از ۷ تا ۳۵ و برای خودکارآمدی از ۷ تا ۳۵ بود. تجزیه و تحلیل داده‌ها با استفاده از نرم‌افزار SPSS نسخه ۱۶ (version 16, SPSS Inc., Chicago, IL) صورت گرفت و نمرات هر یک از حیطه‌های مورد مطالعه به محدوده ۲۰-۰ تبدیل گردید. در پژوهش حاضر روایی پرسش‌نامه به روش اعتبار محتوا توسط ۱۰ نفر عضو هیأت علمی دانشکده پرستاری و مامایی رازی و مرکز مطالعات و توسعه علوم پزشکی دانشگاه کرمان انجام شد و پایایی آن با استفاده از تعیین ضریب Cronbach's alpha برابر با ۰/۸۷ محاسبه شد. جمع‌آوری اطلاعات در دو نوبت قبل و بعد از آموزش انجام و نتایج به دست آمده با هم مقایسه گردید. برای تجزیه و تحلیل داده‌ها از آزمون Paired t و شاخص‌های مرکزی و پراکندگی استفاده شد و با استفاده از جداول توصیفی بیان گردید.

یافته‌ها

میانگین سن دانشجویان شرکت‌کننده در این مطالعه $21/0 \pm$ ۱۹/۶ سال بود. فراوانی نسبی دانشجویان زن ۶۹/۳ و مرد ۳۰/۷ درصد و دانشجویان مجرد ۸۶/۷ و متأهل ۱۳/۳ درصد بود که ۶۴ درصد در رشته پرستاری و ۳۶ درصد در رشته مامایی در حال تحصیل بودند. ۶۶/۷ درصد در خوابگاه یا منزل استیجاری و ۳۳/۳ درصد در منزل (با خانواده) زندگی می‌کردند. جدول ۱ مقایسه میانگین امتیازات دانشجویان قبل و بعد از شرکت در دوره آموزشی در ۸ حیطه راهبردهای مطالعه و یادگیری را نشان می‌دهد. نمرات دانشجویان در ۸ حیطه مدیریت زمان، نگرش، تمرکز، آمادگی جهت امتحانات، یادداشت‌برداری،

یادداشت‌برداری، مهارت‌های یادآوری و مدیریت استرس بود که با استفاده از روش‌های سخنرانی تعاملی و ارایه مثال، نمونه حل مسأله، خودآزمایی و با استفاده از امکانات آموزشی پروژکتور، لپ‌تاپ و... ارایه گردید (طرح و برنامه این درس در سایت دانشکده پرستاری موجود است). با توجه به هدف این مطالعه که تعیین تأثیر اجرای برنامه آموزشی مهارت‌های مطالعه بر روی راهبردهای یادگیری و مطالعه، رضایتمندی و خودکارآمدی دانشجویان جدیدالورود پرستاری و مامایی بود، جامعه مورد مطالعه همه دانشجویان پرستاری و مامایی جدیدالورود سال ۱۳۹۰ دانشکده پرستاری و مامایی رازی کرمان انتخاب شد (تعداد ۷۵ نفر). نمونه‌گیری مبتنی بر جامعه پژوهش بود. ابزار پژوهش پرسش‌نامه‌ای متشکل از چهار بخش بود که بخش اول آن شامل اطلاعات دموگرافیک دانشجویان (سن، جنس، وضعیت تأهل، وضعیت سکونت و رشته تحصیلی)، بخش دوم آن شامل ۸ پرسش راهبردهای یادگیری و ۹۰ پرسش راهبردهای مطالعه‌ای برگرفته از پرسش‌نامه ۲۱ سؤال مهارت‌های یادگیری و مطالعه مرکز مشاوره کوک (Cook) و پرسش‌نامه ۸۰ سؤالی راهبردهای مطالعه و یادگیری (LASSI) (Learning and study strategies inventory) بود. حیطه راهبردهای مطالعه دارای ۸ زیرحیطه شامل: ۱۵ پرسش در حیطه مدیریت زمان، ۱۷ پرسش در حیطه نگرش، ۱۴ پرسش در حیطه تمرکز، ۷ پرسش در حیطه مهارت‌های یادداشت‌برداری، ۹ پرسش در حیطه آمادگی جهت امتحانات، ۱۶ پرسش در حیطه مهارت‌های خواندن، ۵ پرسش در حیطه به‌خاطر سپاری و ۷ پرسش در حیطه مدیریت استرس بود. پرسش‌ها بر مبنای درجه‌بندی لیکرت از یک (هرگز) تا پنج (همیشه) نمره‌گذاری شد؛ بنابراین دامنه نمرات برای حیطه راهبردهای یادگیری از ۸ تا ۴۰ و دامنه نمرات برای حیطه راهبردهای مطالعه از ۹۰ تا ۴۵۰ بود. این پرسش‌نامه توسط پژوهشگر و با استفاده از روش ترجمه استاندارد از زبان انگلیسی به فارسی Forward-Backward ترجمه گردید و سپس صحت ترجمه از طریق ترجمه معکوس

مهارت‌های خواندن، به خاطر سپاری و مدیریت استرس پس از شرکت در دوره آموزشی نسبت به قبل افزایش معنی‌داری یافت.

جدول ۱. مقایسه میانگین امتیازات دانشجویان در ۸ حیطه راهبردهای مطالعه قبل و بعد از شرکت در دوره آموزشی

مقدار معنی‌داری بر اساس آزمون Paired t*	میزان تغییر	بعد از مداخله	قبل از مداخله	زیرحیطه‌های مطالعه
۰/۰۰۱	۳/۳۷	۱۳/۸ ± ۱/۳	۱۰/۴ ± ۲/۴	مدیریت زمان
۰/۰۰۱	۲/۴۸	۱۳/۶ ± ۱/۴	۱۱/۲ ± ۲/۱	نگرش
۰/۰۰۱	۲/۲۱	۱۳/۳ ± ۱/۸	۱۱/۱ ± ۲/۸	تمرکز
۰/۰۰۱	۲/۴۳	۱۲/۶ ± ۱/۷	۱۰/۲ ± ۲/۶	یادداشت‌برداری
۰/۰۰۱	۲/۳۹	۱۲/۴ ± ۱/۶	۱۰/۱ ± ۱/۹	آمادگی جهت امتحانات
۰/۰۰۱	۲/۶۸	۱۴/۲ ± ۱/۶	۱۱/۶ ± ۲/۳	مهارت‌های خواندن
۰/۰۰۱	۲/۸۹	۱۳/۱ ± ۱/۸	۱۰/۲ ± ۲/۶	به خاطر سپاری
۰/۰۰۱	۳/۳۰	۱۳/۱ ± ۲/۳	۹/۸۰ ± ۳/۹	مدیریت استرس

* وجود اختلاف معنی‌دار

حیطه راهبردهای یادگیری، خودکارآمدی و رضایتمندی نسبت

به بعد از آموزش افزایش معنی‌داری یافت ($P < ۰/۰۰۱$).

جدول ۲ به مقایسه میانگین امتیازات دانشجویان قبل و بعد

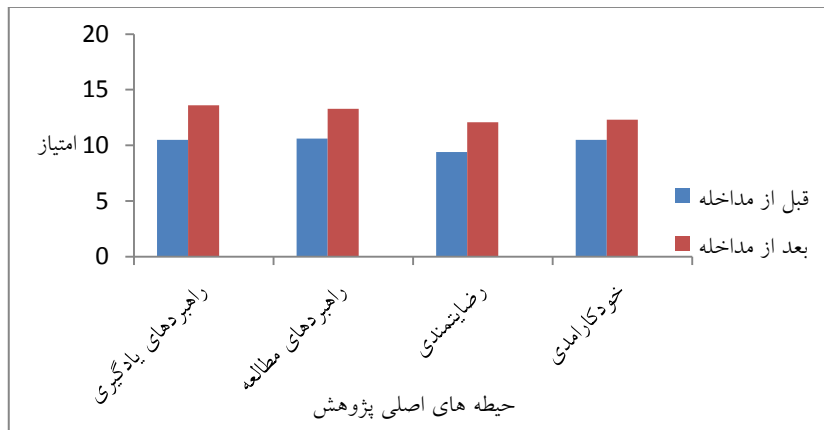
از شرکت در دوره آموزشی در حیطه راهبردهای یادگیری، خودکارآمدی و رضایتمندی می‌پردازد. نمرات دانشجویان در

جدول ۲. مقایسه میانگین امتیازات دانشجویان در حیطه راهبردهای یادگیری، خودکارآمدی و رضایتمندی قبل و بعد از شرکت در دوره آموزشی

مقدار معنی‌داری یا اعتبار آماری بر اساس آزمون Independent t								
مدیریت استرس	به خاطر سپاری	خواندن	آمادگی امتحانات	یادداشت‌برداری	تمرکز	نگرش	مدیریت زمان	متغیرها
۰/۵	۰/۳	۰/۹	۰/۱	۰/۳	۰/۸	۰/۶	۰/۱۹	جنسیت
۰/۱	۰/۶	۰/۱	۰/۱۸	۰/۳	۰/۷	۰/۵	۰/۷۶	وضعیت تأهل
۰/۳	*۰/۰۳	۰/۱	۰/۲	۰/۰۹	*۰/۰۳	۰/۵	*۰/۰۴	نحوه سکونت
۰/۶	۰/۶	۰/۵	۰/۱	۰/۸	۰/۳	۰/۱۸	۰/۷	رشته تحصیلی

نمودار ۱ میانگین امتیاز راهبردهای یادگیری و مطالعه،

خودکارآمدی و رضایتمندی دانشجویان را در مرحله قبل و پس از برگزاری دوره آموزشی نشان می‌دهد.



پرستاری و مامایی سال ۱۳۹۰ انجام شد. هدف اصلی این پژوهش، نشان دادن نقش و تأثیر آشنایی با مهارت‌های تحصیلی شامل راهبردهای مطالعه و یادگیری در اصلاح سبک‌های مطالعه و خودکارآمدی تحصیلی و رضایتمندی دانشجویان بود.

مقایسه نمرات دانشجویان قبل و پس از شرکت در دوره آموزشی نشان داد که نمرات دانشجویان در حیطه راهبردهای یادگیری و در ۸ حیطه راهبردهای مطالعه پس از شرکت در دوره آموزشی نسبت به قبل افزایش معنی‌داری یافته است که بیانگر تأثیر آموزش ارایه شده بر بهبود مهارت‌های مطالعه و یادگیری دانشجویان می‌باشد. لازم به ذکر است اگر $P \leq 0/05$ بود، معنی‌دار در نظر گرفته می‌شد. این یافته‌ها نشان می‌دهد که راهبردهای یادگیری و مطالعه بعد از مداخله آموزشی ارتقا یافتند، در واقع آموزش مهارت‌های مطالعه بر راهبردهای یادگیری و مطالعه دانشجویان شرکت‌کننده در پژوهش مؤثر واقع شده است. همچنین آموزش مهارت‌های یادگیری و مطالعه بر خودکارآمدی دانشجویان شرکت‌کننده در این پژوهش مؤثر بوده و موجب افزایش خودکارآمدی آنان در شیوه مطالعه یادگیری‌شان بعد از مداخله شده است و نیز آموزش مهارت‌های یادگیری و مطالعه بر رضایتمندی دانشجویان شرکت‌کننده در این پژوهش تأثیر داشته و رضایتمندی آنان را از شیوه یادگیری و مطالعه خود افزایش داده است.

جدول ۳ و ۴ به مقایسه میانگین پاسخ دانشجویان در ۸ حیطه راهبردهای مطالعه بر حسب ویژگی‌های دموگرافیک قبل و بعد از شرکت در دوره آموزشی با استفاده از آزمون t Independent و آزمون معادل غیر پارامتریک Mann-Whitney می‌پردازد. یافته‌های جدول ۳ نشان می‌دهد که بین دانشجویان زن و مرد، متأهل و مجرد و دانشجویان پرستاری و مامایی در ۸ حیطه راهبردهای مطالعه اختلاف معنی‌داری وجود ندارد، اما در حیطه‌های مدیریت زمان، تمرکز و به خاطر سپاری بین دانشجویان خوابگاهی و غیر خوابگاهی اختلاف معنی‌داری مشاهده می‌شود و حاکی از آن است که دانشجویان غیر خوابگاهی در مدیریت زمان و تمرکز و به خاطر سپاری از دانشجویان خوابگاهی موفق‌تر هستند. بنابراین می‌توان اظهار داشت که نحوه سکونت (خوابگاهی و غیر خوابگاهی) بر مدیریت زمان، تمرکز و به خاطر سپاری دانشجویان تأثیرگذار می‌باشد و دانشجویان خوابگاهی بیشتر به آموزش راهکارهای مدیریت زمان، تمرکز و به خاطر سپاری نیاز دارند.

بحث و نتیجه‌گیری

این مطالعه به منظور تعیین تأثیر اجرای برنامه آموزشی مهارت‌های مطالعه بر روی راهبردهای یادگیری و مطالعه، رضایتمندی و خودکارآمدی ۷۵ نفر از دانشجویان جدیدالورود

آموزش پزشکی، در دانشگاه شهید بهشتی مورد استفاده قرار گرفته است (۱۳).

در مطالعه حقانی و خدیوزاده تجربیات دانشجویان شرکت کننده در دوره آموزشی، بیانگر رضایت آنان از مطالب آموزش داده شده و به کارگیری راهبردها در امتحانات پایان ترم بود (۲۳). مطالعات انجام شده توسط Ince و Priest نیز نشان دهنده تأثیر آموزش راهبردهای مطالعه و یادگیری بر میزان استفاده از این راهبردها و رضایت دانشجویان بود (۱۶). رضایت دانشجو در افزایش آگاهی از فرایند آموزشی و کیفیت آن مفید بوده است (۲۵). عوامل فردی و محیطی می‌توانند رضایت از تحصیل و پیشرفت دانشجو را تحت تأثیر قرار دهند، همچنین فرهنگ و جو مؤسسه از عوامل محیطی است که می‌تواند روی رضایت از تحصیل اثرگذار باشد (۲۶).

در بررسی تأثیر رضایت دانشجو بر تجارب آموزشی خود، یادگیری و آموزش از جمله محتوای دوره، روش و شیوه‌های تدریس، بازخورد، حمایت‌ها و شیوه‌های ارزشیابی می‌تواند بر رضایت دانشجو از تحصیل تأثیر بگذارد. علاوه بر این کل برنامه آموزشی، تیم آموزش و سیستم مدیریت دانشگاه از عواملی است که رضایت یادگیرنده را تحت تأثیر قرار می‌دهد (۲۷).

Bandura و Adams معتقد هستند که می‌توان از طریق ایجاد زمینه مناسب در جهت کسب مهارت‌ها و دانش مورد نیاز و حصول موفقیت در آن، خودکارامدی و توانمندی شخص را افزایش داد (۲۸). Carroll و همکاران با بررسی دانش‌آموزان ۱۸-۱۱ ساله دریافتند که خودکارامدی با ارتقای وضعیت یادگیری و پیشرفت تحصیلی رابطه مستقیم و غیر مستقیم دارد (۲۹).

نتایج این مطالعه بیانگر تأثیر مثبت شرکت در دوره آموزش مهارت‌های مطالعه بر راهبردهای یادگیری و مطالعه، خودکارامدی و رضایتمندی دانشجویان پرستاری و مامایی جدیدالورود دانشکده پرستاری و مامایی رازی بود.

مطالعه Yip در هنگ‌کنگ نشان داد که تفاوت آشکاری بین دانشجویان قوی و ضعیف از لحاظ استفاده از شیوه‌های استراتژیک خواندن وجود دارد و نتیجه‌گیری شد که با انجام مداخلات آموزشی می‌توان راهبردهای مطالعه و یادگیری دانشجویان را تغییر داد و بهبود بخشید (۱۵). در مطالعه حقانی و خدیو زاده، نمرات دانشجویان در ۵ حیطه انتخاب ایده اصلی، پردازش اطلاعات، راهنمای مطالعه و استفاده از راهبردهای آزمون و خودآزمایی پس از شرکت در دوره آموزشی نسبت به گروه شاهد افزایش یافت (۲۳). نوحی و همکاران در مطالعه‌ای دریافتند که دانشجویان، به یادگیری مهارت‌های مطالعه در طی سال‌های اول دانشگاه نیاز دارند. نتایج این مطالعه نشان داد که دانشجویان در عادات و مهارت‌های مطالعه، برنامه‌ریزی، مدیریت زمان، تمرکز، توجه و یادداشت‌برداری دچار مشکل و ضعف می‌باشند. محققین این مطالعه برگزاری یک دوره یا کارگاه آموزشی در مورد مهارت‌های دانشگاهی را برای دانشجویان پیشنهاد کردند (۲۴). شرکت دانشجویان در سمینارهای دانشگاهی در زمینه مهارت‌های مطالعه (نوشتن نامه، فنون تحقیق، فنون یادداشت‌برداری و مدیریت زمان) میزان حفظ مطالب علمی را بیشتر می‌نماید و نیز مشخص گردید که داشتن برنامه منظم مطالعه عمیق همراه با تمرکز می‌تواند در یادگیری بهتر دانشجویان مؤثر باشد (۱۲) و معلمان می‌توانند از راه آموزش راهبردهای یادگیری و مطالعه، به دانش‌آموزان خود کمک کنند تا یادگیرندگان موفق‌تری باشند و در سرنوشت تحصیلی خود نقش فعال‌تری را ایفا نمایند (۸).

آموزش مهارت‌ها و فنون مطالعه در بسیاری از دانشگاه‌ها در مرحله ورود دانشجویان برای بهبود فرایند یادگیری آن‌ها امری ضروری تشخیص داده شده است. دانشگاه یورک، کالج فروم، دانشگاه برکلی، دانشگاه دارتموث و بسیاری از دانشگاه‌های دیگر به این امر مهم پرداخته‌اند. در ایران نیز به تازگی آموزش مهارت‌ها و فنون مطالعه در طرح اصلاحات در

بنابراین، تلاش جهت طراحی و تدوین واحد مهارت‌های یادگیری و مطالعه توسط برنامه‌ریزان آموزشی، موجب ارتقای فعالیت‌های تحصیلی دانشجویان و افزایش رضایتمندی آنان از تحصیل و سیستم آموزشی می‌گردد. نتایج این مطالعه را می‌توان برای ارتقای برنامه‌های آموزش مهارت‌های مطالعه و یادگیری دانشجویان مورد استفاده قرار داد.

بر طبق یافته‌ها، پیشنهاد می‌گردد مهارت‌های مطالعه و یادگیری دانشجویان مورد بررسی قرار گرفته و در جهت اصلاح نقاط ضعف دانشجویان گام برداشته شود. با توجه به نقش ارزنده به کارگیری راهبردهای یادگیری و مطالعه در میزان یادگیری و با توجه به پایین بودن سطح استفاده از آن در دانشجویان که موجب کاهش سطح یادگیری و افت تحصیلی آنان می‌گردد، پیشنهاد می‌شود به منظور ارتقای سطح یادگیری در فراگیران، آموزش راهبردهای یادگیری در برنامه آموزشی دانشجویان به صورت مدون گنجانده شود یا این‌که گذراندن کارگاه‌های آموزشی در زمینه به کارگیری این راهبردها در طول مدت تحصیل برای دانشجویان اجباری گردد.

References:

1. Shabani H. Skills Training: Methods and techniques of teaching. Tehran, Iran: Samt Publication; 2001. [In Persian].
2. Ayers MS, Reder LM. A theoretical review of the misinformation effect: Predictions from an activation-based memory model. *Psychonomic Bulletin & Review* 1998; 5(1): 1-21.
3. Saif AA. Educational psychology. Tehran, Iran: Agah Publication; 2003. [In Persian].
4. Adhami A, Nouhi E, Mohammadalizadeh S, Jalili Z, Fattahi Z. Faculty Members' Attitude toward Academic Advising and Counseling and their Viewpoints about Counseling Duties. *Iran J Med Educ* 2008; 8(1): 7-14. [In Persian].
5. Alipour B. Condition of Study. Tehran, Iran: Deklamegran Publication; 1997. [In Persian].
6. Campbell DP. Achievements of counseled and non-counseled students twenty-five

مهارت‌های فکری و راهبردهای ذهنی که دانشجویان در مطالعه و یادگیری از آن استفاده می‌کنند، قابل آموزش و یادگیری هستند و می‌توان راهبردهای یادگیری و مطالعه دانشجویان را از طریق آموزش اصلاح نمود. برنامه آموزشی تهیه شده در مطالعه حاضر را می‌توان برای بهبود راهبردهای یادگیری و مطالعه دانشجویان در حیطه‌های مدیریت زمان، نگرش، تمرکز، یادداشت‌برداری، مهارت‌های خواندن، آمادگی جهت امتحانات، به خاطر سپاری و مدیریت استرس به کار گرفت و دانشجویان را در جهت شناخت راهبردهای یادگیری‌شان کمک نمود تا بتوانند به فرایند یادگیری خود آگاه شده و در جهت ارتقای یادگیری‌شان از راهبردهای مؤثرتری استفاده نمایند. همچنین آشنایی دانشجویان از راهبردهای مطالعه می‌تواند موجب استفاده آنان از روش‌های کارآمدتری در مطالعه شود که منجر به بازدهی بالاتر آنان در امر تحصیل می‌گردد و رضایت بیشتر آنان از تحصیل و خدمات آموزشی را در پی خواهد داشت و نیز می‌توان با تقویت احساس خودکارآمدی دانشجویان از افت تحصیلی آنان پیشگیری نمود.

- years after counseling. *Journal of Counseling Psychology* 1965; 12(3): 287-93.
7. Wooten SM, Wooten CL. A Process for Transition from Secondary to Postsecondary Studies for Students with Learning Disabilities [Online]. [Cited 1987]; Available from: URL: <http://www.eric.ed.gov/contentdelivery/servlet/ERICServlet?accno=ED287226/>
8. Weinstein CE, Hume LM. Study Strategies for Lifelong Learning. Washington, DC: American Psychological Association; 1998.
9. Nikzad M. Directory of medical education in Iran. Tehran, Iran: Ministry of Health and Medical Education; 2003. [In Persian].
10. Biabangard A. Methods of preventing academic failure. Tehran, Iran: Press organization, Association of Parents and Teachers; 1999. p. 6. [In Persian].

11. Saif AA. The learning and Study methods. Tehran, Iran: Doran Publication; 2001. [In Persian].
12. Starke MC. Retention, Bonding, and Academic Achievement Effectiveness of the College Seminar in Promoting College Success [Online]. [Cited 1994]; Available from: URL: <http://www.eric.ed.gov/contentdelivery/servlet/ERICServlet?accno=ED374741/>
13. Yazdani Sh, Hosseini F. Medical education program. Tehran, Iran: Center of Medical Education Development, Shahid Beheshti University of Medical Sciences; 2003. [In Persian].
14. World Federation for Medical Education. World Summit on Medical Education: The Changing Medical Profession. Copenhagen, Denmark: World Federation for Medical Education; 1994.
15. Yip MC. Differences in Learning and Study Strategies between High and Low Achieving University Students: A Hong Kong study. Educational Psychology: An International Journal of Experimental Educational Psychology 2007; 27(5): 597-606.
16. Ince EJ, Priest R. Changes in LASSI Scores Among Reading and Study Skills Students at the United States Military Academy. Research and Teaching in Developmental Education 1998; 14(2): 19-26.
17. Amin F, Driss F, Soleimani N. Reduce wastage in the use of counseling students. Proceedings of the 3rd Seminar on the Mental Health of Students; 2006 May 25-26; Tehran, Iran; 2006. [In Persian].
18. Bandura A. Self-efficacy: The exercise of control. New York, NY: Freeman; 1997.
19. Megha KA. Customer satisfaction with low cost airlines in India. South Asian Journal of Tourism and Heritage 2009; 2: 119-34.
20. Kavousi M, Saghaei A. Customer Satisfaction Measurement Methods. Tehran, Iran: Sabzan Publication; 2005. [In Persian].
21. Shafia M. Customer satisfaction, productivity complementary activities. Tehran, Iran: Iranian National Productivity Organization; 2000. [In Persian].
22. Heidari A., Khalajabadi A, Jafarian N. Hamadan University of Medical Students' Attitudes towards factors associated with academic study in 1998. Sci J Hamdan Univ Med Sci 2000; 7(4): 30-5. [In Persian].
23. 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. Iran J Med Educ 2009; 9(1): 31-40. [In Persian].
24. Noohi E, Shakoori A, Nakhei N. Study habits and skills, and academic achievement of students in Kerman University of medical sciences. Journal of Medical Education 2009; 12(3,4): 77-80.
25. El-Ansari W. Student nurse satisfaction levels with their courses: Part II--effects of academic variables. Nurse Educ Today 2002; 22(2): 171-80.
26. Umbach PD, Porter SR. How Do Academic Departments Impact Student Satisfaction? Understanding the Contextual Effects of Departments. Research in Higher Education 2002; 43(2): 209-34.
27. El-Ansari W, Oskrochi R. What 'really' affects health professions students' satisfaction with their educational experience? Implications for practice and research. Nurse Educ Today 2004; 24(8): 644-55.
28. Bandura A, Adams NE. Analysis of self-efficacy theory of behavioral change. Cognitive Therapy and Research 1977; 1(4): 287-310.
29. Carroll A, Houghton S, Wood R, Unsworth K, Hattie J, Gordon L, et al. Self-efficacy and academic achievement in Australian high school students: the

mediating effects of academic aspirations
and delinquency. J Adolesc 2009; 32(4):

797-817.