

بررسی تاثیر عاداتهای مطالعه بر پیشرفت تحصیلی دانش آموزان مقطع راهنمایی مدارس دخترانه منطقه ۲ تهران

سوسن بهرامی کوهشاهی

^۱ نویسنده مسئول، دانشکده علوم رفتاری موسسه آموزش عالی کاراد، تهران، ایران

چکیده

عاداتهای خواندن و مطالعه یکی از مهم‌ترین عوامل تاثیرگذار بر موفقیت تحصیلی در دانش آموزان است. جایگزینی عاداتهای صحیح خواندن و مطالعه برای رسیدن به یادگیری، آموزش و بالندگی دانشجویان در همه زمینه‌ها توصیه می‌شود. هدف پژوهش حاضر بررسی عاداتهای خواندن و مطالعه دانش آموزان دختر مدارس راهنمایی منطقه ۲ تهران است. در مطالعه توصیفی حاضر تعداد ۳۱۳ نفر از بین ۱۷۴۶ نفر از دانش آموزان به روش نمونه‌گیری تصادفی ساده انتخاب شده‌اند که ۳۱۳ پرسشنامه جمع‌آوری گردید. ابزارهای این پژوهش شامل، پرسشنامه است. روایی پرسشنامه‌ها توسط متخصصین تایید و پایایی آن با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ، برای دو پرسشنامه به ترتیب ۰/۷۴۶ محاسبه گردید. داده‌ها از طریق آمار استنباطی (t، k-S، تک نمونه ای و رگرسیون) با نرم‌افزار آماری SPSS تجزیه و تحلیل شده است. یافته‌ها نشان می‌دهد عمده مشکلات دانشجویان مورد پژوهش در زمینه عاداتهای مطالعه به ترتیب در زمینه برگزاری امتحانات با میانگین، انگیزه، تمرکز، سازماندهی زمان، یادآوری، مطالعه یک فصل و گوش کردن و یادداشت‌برداری می‌باشد، بنابراین به طور کلی می‌توان گفت عاداتهای مطالعه دانشجویان در حد متوسط است. و به نظر می‌رسد دانش آموزان راه و روش صحیح خواندن و مطالعه را نیاموخته‌اند، لذا پیشنهاد می‌شود که راه و روش صحیح و عاداتهای مناسب خواندن و مطالعه آموزش داده شود.

واژه‌های کلیدی: خواندن، مطالعه، عادت خواندن، عادت مطالعه، دانش آموزان

۱- مقدمه

از آنجا که در هر تمدن، و در هر ملتی خواندن و مطالعه به منزله ارزشی والا شناخته می‌شود، این تحرک آموزشی به لذتی بی‌بدیل، و گاهی اوقات فایده‌ای بی‌همتا درآمده که چارچوب ویژه خود را طالب است (نادری، شعبانی، عابدی، ۱۳۸۹، به نقل از موکهرجی، ۱۳۷۹). خواندن مهارتی است که همه ما آن را عادی می‌شماریم و توسعه خواندن به تعامل بین عوامل محیطی (انگیزش از خانه، مدرسه، و جامعه) و عوامل بیولوژیکی وابسته است. از طریق خواندن، دانش شخص درباره جهان پیرامون افزایش یافته و مجموعه لغات او گسترش می‌یابد که هر دو عامل، برای توسعه خواندن ضروری است (نادری، شعبانی و عابدی، ۱۳۸۹، به نقل از اشرفی ریزی، ۱۳۸۳). فرانک اسمیت (۱۹۷۴) به‌عنوان اولین محقق و پژوهشگر، خواندن را به‌عنوان «یک طرح مداخله مستقیم خواننده در متن» معرفی می‌کند. او خواندن را به عنوان روش کاهش مجهولات می‌داند که برای تحقق این امر از طریق خواندن چهار مرحله وجود دارد: «اطلاعات ترسیمی، اطلاعات آوایی و آواشناسی، اطلاعات ترکیبی و اطلاعات معنایی» . گودمن و اسمیت خواندن را به عنوان فرایند واحد معرفی می‌کنند (طالبی، ۱۳۸۹). گودمن^۱ نیز به عنوان یک نویسنده معروف در سال ۱۹۶۷ در مقاله‌ای تحت عنوان "یک طرح پیشنهادی روانشناسی زبان" معتقد است که خواننده از سه روش خاص برای خواندن متن استفاده می‌کند که وی آنها را علائم آوایی ترسیمی، ترکیبی و معنایی می‌نامد. (ناعمی، ۱۳۷۷). یک عادت برای توسعه ظرفیت‌های ذهنی و شخصیتی مهم است. عادت خواندن برای رشد فکری سالم لازم است و نقش بسیار حیاتی برای رسیدن فرد به مهارت در زبان دارد (کوشان و حیدری؛ ۱۳۸۵). باتلر^۲ (۱۹۳۳) فراگیری از راه مطالعه را یک فعالیت روانی بسیار پیچیده می‌داند. مادام که انسان باید یاد بگیرد و بیاموزد، مطالعه یکی از بهترین رویکردهای روانی و انگیزشی است، امری که تا پایان عمر می‌تواند در خدمت فرد و برای رشد فکری او و جامعه باشد (فتاحی، ۱۳۹۲).

امروزه مطالعه از شاخص‌های رشد و توسعه هر ملتی محسوب شده و میزان گرایش افراد به مطالعه نقش مهمی در پیشرفت و توسعه جامعه دارد (نادری، شعبانی و عابدی، ۱۳۸۹، به نقل از چال^۳، ۱۹۸۳). افرادی که در طول زندگی به مطالعه عادت دارند، از خواندن لذت برده و دنیای خود را از طریق مطالعه وسعت داده، دید خود را نسبت به مسائل عمیق‌تر می‌نمایند. تولستوی می‌گوید: در دنیا لذتی که با مطالعه برابری کند نیست (نادری، شعبانی و عابدی، ۱۳۸۹، به نقل از اشرفی ریزی، ۱۳۸۳). خواندن و مطالعه به طور فزاینده‌ای موضوع بسیاری از پژوهش‌های عملی و نظری بوده است. پژوهش‌ها حاصل فعالیت و تلاش پژوهشگران رشته‌های مختلفی از قبیل علم اطلاعات و دانش‌شناسی، علوم تربیتی، علوم اجتماعی و نظام‌های اطلاعاتی است. علی‌رغم پژوهش‌های فراوانی که در این زمینه انجام شده است اما می‌توان گفت هنوز بررسی عادت‌های خواندن و مطالعه به طور همزمان به روشنی تبیین نشده است خصوصاً در ایران که بیشتر روی مطالعه کار شده است و معمولاً خواندن را نیز به معنای مطالعه می‌دانند. لذا پژوهش حاضر، با استفاده از روش کتابخانه‌ای و همچنین ابزار پرسشنامه، به بررسی عادت‌های خواندن و مطالعه دانش آموزان از طریق بررسی مولفه‌های خواندن که شامل اهداف، انواع مواد خواندنی، مقدار زمانی، مجراهای دستیابی به مواد خواندنی، زمان‌ها و مکان‌ها است و همچنین بررسی مولفه‌های مطالعه شامل تمرکز، یادآوری، سازماندهی زمان (زمان بندی)، مطالعه یک فصل، گوش کردن و یادداشت‌برداری، برگزاری امتحانات و انگیزه دانش آموزان مدارس راهنمایی دخترانه منطقه ۲ تهران پرداخته است.

۲- خواندن

اسمیت^۴ (۱۹۷۴) براین باور است که خواندن پایه مشترک موفقیت در تمام زمینه‌های تحصیلی است. خواندن دریافت عقاید، تجربیات، و مفاهیم است، فعالیتی است که به فرد اجازه می‌دهد تا دانش وسیعی را به دست آورد، این کیفیات کارکردی، خواندن را محور همه سطوح یادگیری قرار می‌دهد. در این میان، بازشناسی، فرایند بنیادی تری محسوب می‌گردد، چرا که بیش

¹. Goodman

². Butler

³. Jeanne S. Chall

⁴. Esmit

از آنکه کلمه‌ای را درک کنیم باید آن را تشخیص دهیم (یعقوبی، ۱۳۸۳، به نقل از داکرل و مک شین، ۱۹۹۳، ترجمه، احمدی و اسدی، ۱۳۷۶). برخی از مولفان بر این عقیده‌اند که خواندن یک فرایند رمزگشایی است و کودکان زمانی توانایی خواندن را کسب می‌کنند که پیوند میان نمادهای نوشتاری و اصوات گفتاری را یاد گرفته باشند. به گفته هریس^۵ و سایپی^۶ (۱۹۷۵) خواندن تفسیر معنادار نمادهای کلامی نوشته و یا چاپ شده است. و باریر^۷ (۱۹۸۸) نیز مطالعه و خواندن را به عنوان فرایند تفکر، ارزشیابی، داوری، تصویرسازی ذهنی، استدلال و حل مسئله تعریف کرده است. بر طبق نظر والاس و مک لامین^۸ (۱۹۷۹) خواندن عبارت است از ارتباط کلی فرد با اطلاعات نمادی. اطلاعاتی که با علایم و نشانه‌ها القا می‌گردد و معمولاً جنبه ادراک و فهم بصری یادگیری اطلاق شده و دارای هفت گام شامل تشخیص، جذب، درک کلی یا درک درونی، درک خارجی یا درک نهایی، نگهداری، یادآوری و ارتباط با یادگیری می‌باشد. خواندن فرایندی است شناختی که در آن دیدگاه‌های خواننده و فرایند خواندن ارتباط زیادی با مطلبی که می‌بایستی یاد گرفته شود پیدا می‌کند (گلور، برونینگ، ۱۳۷۵).

تحقیقات فراوانی در زمینه "خواندن" انجام گرفته است که براساس یافته‌های آنها، یکی از مهم‌ترین عوامل موثر در علاقه به "خواندن"، درک یا شناخت ارزش خواندن و تبحر در این مهارت است. در تعریف ماهیت خواندن، باید نقش خواندن را در جامعه مورد توجه قرار داد (میرحسینی، ۱۳۸۱، به نقل از بانز^۹ و همکاران، ۱۹۸۴).

۱-۲. عادت‌های خواندن

باتلر عادت را به منزله عاملی که مانند بسیاری از موضوعاتی که با خوی و رفتار آدمی ارتباط می‌یابد، یاد می‌کند. همچنین معاشرت با مردمی که عادت به مطالعه دارند می‌تواند انگیزه لازم را در تقلید از آنها به وجود آورد. باتلر نتیجه می‌گیرد که عادت فردی و محیط اجتماعی در ایجاد انگیزه و میل به خواندن مهم است (فتاحی، ۱۳۹۲). پژوهشگران در گذشته تلاش‌هایی را در زمینه بررسی عادت‌های خواندن یادگیرندگان (مختاری و شیوری^{۱۰}، ۱۹۹۴) انجام دادند. با تلاش‌هایی که پژوهشگران انجام دادند دریافتند که عادت‌های خواندن به سن، جنس، زمینه آموزشی، عملکرد تحصیلی و رشد حرفه‌ای بستگی دارد. به طور کلی خواندن به عنوان راهی برای دستیابی به اطلاعات و دانش جدید پذیرفته شده است. خواندن نه تنها برای افزایش دانش است بلکه برای ساخت بلوغ و گسترش آگاهی از مسائل معاصر است (اندرسون^{۱۱} و همکاران، ۱۹۸۵).

۲-۲. مولفه‌های عادت‌های خواندن

خواندن کتاب‌های غیردرسی و سرگرم‌کننده فرد را به عنوان یک کتابخوان و خواننده فعال نشان می‌دهد. همانگونه که انجام هر کاری نیازمند تهیه امکانات و ابزارهای مناسب است، تحقق خواندن نیز نیازمند تدارک مقدماتی است که مهم‌ترین آنها عبارت است از:

- **تعیین هدف:** هدف زیربنای هر کاری است. لذا برای خواندن باید هدفی مشخص داشته باشید. اهداف باید دست یافتنی و قابل انعطاف باشد (صرافیان، ۱۳۶۹). پس داشتن هدف و تلاش برای رسیدن به آن یکی از روش‌هایی است که توانایی‌های فرد را افزایش می‌دهد. به انسان توان و نیرویی فوق‌العاده می‌بخشد. اندیشه را فعال می‌کند، اعتماد به نفس را در افراد به وجود می‌آورد. (ذوالفقاری، ۱۳۸۴).
- **زمان:** تعیین بهترین زمان برای خواندن کاری است دشوار و به عادت‌های فردی بستگی دارد. بنابراین تعیین زمان و مقدار خواندن باعث آگاهی از تمام زمینه خواندن، عدم سردرگمی، جلوگیری از اتلاف انرژی و وقت و فهم بهتر مطالب می‌شود.

⁵ . Harris

⁶ . Sipay

⁷ . Baryr

⁸ . WallaceandMacLamin

⁹ . Banz

¹⁰ . Mokhtari & Sheorey

¹¹ . Anderson

از سوی دیگر اگر خواندن مستمر در ساعات معین از شبانه‌روز انجام گیرد، آمادگی ذهنی و بدنی برای خواندن بیشتر خواهد بود. موفقیت در دانشگاه و البته در مقاطع تحصیلی پایین‌تر بستگی به استفاده عاقلانه از زمان دارد و همچنین عدم موفقیت، بستگی به استفاده اشتباه از وقت و زمان دارد (نور، ۲۰۱۱).

▪ **تعیین مقدار زمان برای خواندن:** منظور از مقدار زمان برای خواندن در این پژوهش مقدار زمانی است که بر حسب دقیقه در روز فرد به خواندن انواع مواد خواندنی می‌پردازد.

▪ **مکان‌های خواندن:** رابرت دارنتون^{۱۲} مورخ کتاب و متخصص تاریخ خواندن یکی از موضوعات مهم در (زمینه) خواندن را مکان خواندن می‌داند. از نظر او تحقیق درباره مکان خواندن می‌تواند به کشف مفروضات پنهان خواندن در میان مردم کمک کند، اینکه مردم خواندن را چگونه عملی می‌دانستند و خواندن چه بخشی از زندگی آنها بوده است (اوتادی، ۱۳۹۲).

▪ **مجراهای مواد خواندنی:** منظور از مجراهای مواد خواندنی در این پژوهش اینترنت، کتابفروشی، کتابخانه و دوستان است.

۳-۲. مدل‌های خواندن

به نقل از رایبر و پلانک یادگیری خواندن مستلزم دانستن چگونگی دریافت معنا از نشانه‌های نوشتاری است که براساس سه مدل نظری خواندن صورت می‌گیرد. این سه مدل عبارت است از:

▪ **مدل‌های خواندن از بالا به پایین^{۱۳}:** اصلی‌ترین ویژگی مدل‌های از بالا به پایین این است که بالاترین عنصر نظام پردازش اطلاعات یعنی بخشی که معنای عبارت را می‌سازد، در همه سطوح این فرایند جریان اطلاعات را کنترل می‌کند. انگیزه اصلی در مدل‌های بالا به پایین ناشی از این باور است که خواننده با استفاده از دانش عمومی خود از جهان اطراف و اطلاعات موضوعی عبارت موردنظر می‌تواند بر تنگناهای نظام پردازش غلبه کرده و گمانه‌هایی درباره آنچه در عبارت بعدی می‌آید در ذهن خود به وجود آورد (زینتز، ماگارت، ۱۹۹۲).

▪ **مدل‌های خواندن پایین به بالا^{۱۴}:** در این مدل، فرایند خواندن خیلی سریع است و اطلاعات طی مراحل طی در نظام پردازش‌کننده جریان می‌یابد. نظریه اصلی این مدل عبارت است از اینکه اطلاعات بصری ابتدا از صفحه چاپی نمونه‌گیری شده و پس از طی یک سری مراحل و با کمترین تاثیرپذیری از دانش عمومی از جهان و اطلاعات موضوعی متن یا راهبردهای پردازش بالاتر، به فرایندهای بعدی منتقل می‌شود. گوف عملکرد ذهن را هنگام خواندن به روشنی ارائه می‌کند (رایبر، پلانک، ۱۳۸۳).

▪ **مدل‌های خواندن میان‌کنشی^{۱۵}:** مدل‌های خواندن میان‌کنشی در حال حاضر در روانشناسی شناختی کاملاً رایج هستند. در مدل‌های میان‌کنشی معمولاً "فرض بر این است که خوانندگان احتمالاً" قبل از پرداختن به تفسیر متن، اطلاعات حاصل از مکانیزم‌های «پایین به بالا»، «بالا به پایین» را مدنظر قرار داده‌اند. از مدل‌های میان‌کنشی‌ای که تاکنون بیشتر استفاده شده‌اند، می‌توان مدل‌های "رامل هارت" و "مک کلی لند" را نام برد (رایبر، پلانک، ۱۳۸۳).

¹². Darnton

¹³. Model of top-down

¹⁴. bottom-up models

¹⁵. interaction models

۳- مطالعه

میزان مطالعه و گرایش به خواندن از مهم‌ترین شاخص‌های رشد و توسعه است. سازمان یونسکو در بسیاری از همایش‌های خود، توسعه اقتصادی را مرهون گسترش مطالعه، نشر کتاب و برنامه‌ریزی آموزشی می‌داند (شعبانی، فاضل، ۱۳۸۱). زمانی می‌توان در زمینه‌های مختلف فرهنگی به نتایج نوینی دست یافت که در عرصه‌های مختلف آموزشی و از طریق مطالعه ثمربخش توفیق قابل توجهی نصیب افراد، به ویژه دانشجویان، گردد (شعبانی و شفیع‌پور مطلق، ۱۳۸۲). لذا عوامل اصلی موفقیت و دستیابی دانشجویان به مطالعه ثمربخش را می‌توان در علاقه به مطالعه و سپس توجه به شیوه‌های مطالعه و آگاهی از روش‌های صحیح مطالعه دانست (اشرفی ریزی، ۱۳۸۸). برکسی پوشیده نیست که مطالعه، فرد را متحول و دگرگون کیفی می‌کند شاید تحول او به چشم نیاید ولی واقعیت آن است که فرد بعد از مدتی فرد دیگری با روحیه و اخلاق جدیدی می‌شود. فضاهای فکری، ذهنی، و ادراکی جدیدی پیدا می‌کند (براتی، ۱۳۸۴). مطالعه یکی از بهترین سرگرمی‌های ما محسوب می‌شود و به کرات متفکران و عالمان جامعه درباره ارزش و اهمیت مطالعه سخن گفته‌اند. ولی در حین مطالعه، اگر نکات ظریفی در نظر گرفته شود، آن جذاب‌تر خواهد بود (نیک‌خو، ۱۳۸۸). اهمیت مطالعه عمیق و تحلیلی از دیرزمان نزد اهل علم و ادب شناخته شده بوده و درباره آن سخن‌ها گفته‌اند مطالعه به خودی خود بیش از آنچه لازم است راه‌های گوناگون در برابر آدمی می‌نهد، که برای محدود کردن این راه‌ها، تجربه ضرورت دارد (به‌پژوه، ۱۳۸۱).

۳-۱. عادت‌های مطالعه

براتی (۱۳۸۳) بیان می‌کند که آشنایی دانشجویان با مطالعه و شیوه‌های آن امری ضروری است که موجب بالندگی آنان در فرایند تحلیل می‌گردد. طبق گفته نادری (۱۳۸۸) در جهان امروز میزان مطالعه کتاب و مواد خواندنی یکی از شاخص‌های توسعه و عامل پیشرفت جوامع به شمار می‌آید. روانشناسان مشاهده کرده‌اند که حداقل در دوران دانشجویی، آنچه بیشترین تاثیر را بر وضعیت عملکرد تحصیلی دانشجویان دارد، مهارت‌های عمومی مطالعه، یادگیری درسی و یادآوری مطالب آموخته شده است. عرفانی (۱۳۸۶) می‌گوید هنگامی که افراد به طور فعال در فرایندهای یادگیری خود شرکت می‌جویند، احساس قدرت و اختیار آنها بیشتر می‌شود، افراد همانگونه که تفاوت‌های فردی زیادی دارند، شیوه‌های مطالعه آنان نیز متنوع است. بنا به گفته شعبانی (۱۳۸۷) روش‌های مطالعه به گونه‌های مختلفی پدید آمده است و طبیعی است که انتخاب روش‌های مزبور بستگی به عادت و ویژگی‌های فردی دارد. عادت‌ها و مهارت‌های مطالعه شیوه‌هایی است که دانشجو برای مطالعه خود به کار می‌گیرد. این شیوه‌ها می‌توانند بر میزان یادگیری و در نهایت بر پیشرفت تحصیلی و شغلی افراد تاثیر به‌سزایی گذارند. استیگر^{۱۶} (۲۰۰۹) معتقد است که عادت مطالعه را مانند خیلی دیگر از عادت‌ها می‌توان کسب کرد. عادت به کتابخوانی از نظر بیشتر افراد تحصیل کرده یک عادت پسندیده محسوب می‌شود که در فرد و جامعه اثر مطلوب دارد (ابادری و ریگی، ۱۳۹۱).

۳-۲. مولفه‌های عادت به مطالعه

عادت به مطالعه دارای مولفه‌های تمرکز، یادآوری، سازماندهی زمان، مطالعه یک فصل، گوش کردن و یادداشت‌برداری، برگزاری امتحانات و انگیزه می‌باشد، که در زیر به توضیح هر یک از مولفه‌ها پرداخته می‌شود:

- **تمرکز^{۱۷}:** توانایی توجه اختیاری، باثبات، کامل، و قوی بر یک موضوع و ندیده گرفتن مطالب نامربوط است. براساس این ویژگی‌ها دارندگان مهارت تمرکز محدودیت‌های ناشی از زمان، مکان، مدت، موضوع و پریشان‌کننده‌های حواس را کم کرده، گزینش‌های خود را افزایش می‌دهند و با به کارگیری این قدرت بزرگ می‌توانند در خانه، محل کار، و هر جای دیگر تمرکز کرده، کارآمد و موفق عمل کنند (جوادی یگانه و کاظمی، ۱۳۹۰)

¹⁶. Stiger

¹⁷. Concentration

- **یادآوری^{۱۸}**: بنا به نظریه‌های وابسته به روانشناسی خبرپردازی، یادگیری، زمانی صورت می‌پذیرد که اطلاعات دریافتی تمام مراحل حافظه را طی کنند و وارد حافظه درازمدت شوند. پس از آن، هر زمان که ما بخواهیم از یادگیری‌ها یا آموخته‌های مان استفاده ببریم باید آنها را یادآوری کنیم. یادآوری به دو صورت انجام می‌گیرد: بازشناسی^{۱۹} و بازخوانی^{۲۰} (سیف، ۱۳۸۹).
- **سازماندهی زمان^{۲۱} (برنامه ریزی^{۲۲})**: به اعتقاد علیپور (۱۳۷۰) داشتن برنامه منظم و هدفدار یکی از عوامل اصلی موفقیت است. برنامه‌ریزی صحیح و اینکه چگونه از وقتتان حداکثر استفاده را ببرید، کمک زیادی به شما در مطالعه می‌کند. بنابراین برای اینکه مطالعه فعال و پویایی داشته باشید باید یک برنامه صحیح و اصولی طرح‌ریزی کنید و براساس برنامه خود مطالعه کنید (سیف، ۱۳۸۶). برای آغاز مدیریت زمان فرد باید به یک دیدگاه روشنی از اینکه در حال حاضر زمان خود را چگونه صرف می‌کند، داشته باشد. این کار، به فرد کمک می‌کند تا مدت زمان فعالیت‌های کنونی خود را برآورد کند. برای رسیدن به یک برآورد درست، فرد لازم است تا در جریان چگونگی صرف زمان خود در طول هفته قرار بگیرد (شفاق، ۱۳۸۲).
- **گوش دادن و یادداشت‌برداری^{۲۳}**: ۱۰ درصد یادگیری از طریق شنوایی صورت می‌گیرد در مجموع ۹۴ درصد کل یادگیری ما از طریق دیدن و شنیدن یعنی در اندام گوش و چشم است. گوش دادن فعال هنر و مهارت‌هایی است که جلب اعتماد و درک مقابل را به همراه دارد. به ما کمک می‌کند تا پیچیدگی‌های شخصیتی و روانی فرد را بهتر تشخیص داده و از بسیاری از سوتفاهم‌ها جلوگیری کنیم، به این سبب معتقدند، گوش دادن، پایه برقراری ارتباط است (کاکیا، ۱۳۸۹).
- **یادداشت‌برداری**: مهم‌ترین نکته در یادداشت‌برداری این است که افراد باید بعد از درک کامل موضوع، شروع به یادداشت‌برداری کنند. در واقع، بعد از اینکه از یادگیری مطلب مطمئن شدند، این کار را انجام دهند. فقط در این صورت است که می‌توانند خلاصه مطالب را آن‌هم با زبان خودشان بنویسند. معمولاً وقتی موضوعی را برای اولین بار مطالعه می‌کنیم، فکر می‌کنیم همه جملات و نکات آن مهم‌اند و باید آنها را یادداشت کنیم (اوتادی، ۱۳۹۲). یادداشت‌برداری بخش مهم و حساس از مطالعه است که باید به آن توجه داشت چون موفقیت فرد را تا حد زیادی تضمین خواهد کرد و مدت زمان لازم برای یادگیری را کاهش خواهد داد. مطالعه بدون یادداشت‌برداری یک علت مهم فراموشی است (امراهی بیوکی، ۱۳۸۹). مطالعات نشان داده است که دانش‌آموزان و دانشجویانی که در حین یادگیری یادداشت‌برداری می‌کنند و سپس یادداشت‌های خود را مرور می‌کنند، موفقیت تحصیلی بالاتری نسبت به کسانی که دست می‌آورند که این کار را انجام ندهند. بنابراین یادداشت‌برداری از نکات مهم و اساسی درس استاد، از راه‌های مبارزه با فراموشی مطالب است (شریفی، رحمتی، ۱۳۹۲).
- **برگزاری امتحانات^{۲۴}**: در اغلب رشته‌های تحصیلی آزمون‌هایی برای ارزیابی فراگیران در نظر گرفته شده است. یکی از دلایل سختی امتحان مشکلات ناشی از فراموشی مطالب است. فراگیر مجدداً باید وقت صرف کند تا مطالبی را که یکبار یاد گرفته، بار دیگر از نو یاد بگیرد. برای جلوگیری از این عارضه تهیه یادداشت‌ها و مرور منظم آنها توصیه می‌شود (پورشانظری، ۱۳۸۶). امتحان برای نشان دادن میزان درک افراد از دوره یا درس معینی است. اگرچه این هدف اصلی امتحان است ولی کاربرد این منظور اغلب به شکل بدی تعبیر می‌شود. در طول امتحان قبل از شروع به نوشتن جواب‌ها، بسیار عاقلانه است که با صرف وقت کوتاهی ابتدا همه اوراق امتحان را بررسی کنید و این با نوع امتحان فرقی نمی‌کند (طوسی، ۱۳۷۳).
- **انگیزش^{۲۵}**: یک اصطلاح کلی است که بعضی اوقات به نیازها، خواسته‌ها، تمایلات یا قوای درونی افراد اطلاق می‌شود. تعاریف زیادی برای انگیزش ارائه شده است که دو مورد از مشهورترین آنها، توسط بارون، روبرتسونو اسمت، ارائه شده است.

18. Remembering

19. Recognition

20. Recall

21. Organizing time

22. Planning

23. Listening and taking notes

24. Taking tests

25. Motivation

روبرتسون و اسمت (۱۹۸۵)، اظهار می‌دارند انگیزش، مفهومی روان‌شناختی است که با نیرودهی و جهت‌دهی رفتار انسان مرتبط است (هایفور و وایدت^{۲۶}، ۲۰۰۲). نیرودهی، به این معنا است که انگیزش، رفتار را مقاوم، نیرومند و سرشار از تلاش می‌کند و جهت‌دهی، یعنی رفتار به سمت رسیدن به یک هدف یا پیامد خاص معطوف است. انگیزش باعث جهت‌دهی پایدار و فزونی رفتار می‌شود (طوسی، ۱۳۷۳؛ به نقل از ابرسون و الوف^{۲۷}، ۲۰۰۴).

• مشخصه‌های انگیزش^{۲۸}: انگیزش، پاسخی است برای چرایی رفتار؛ اگر شما فردی را ببینید که در حال دویدن است، ممکن است متوجه شوید او یا برای رسیدن به چیزی می‌دود، یا می‌خواهد از چیزی دور شود؛ انگیزش، به آن دسته از فرایندهای درونی اشاره می‌کند که مستقیماً نمی‌توان آن را مشاهده کرد؛ انگیزش، فعال‌کننده و انرژی‌زا است و فرد را برای انجام کار برمی‌انگیزد. انگیزش، به رفتار جهت می‌دهد و باعث می‌شود ما برای رسیدن به هدف خود تمرکز کنیم (طوسی، ۱۳۷۳؛ به نقل از محمود^{۲۹}، ۲۰۰۴). دیوید مک کلند سه عامل انگیزشی را در مورد نیازها پیشنهاد نمود که عبارتند از:

- نیاز به کسب موفقیت: یعنی تلاش برای کسب هدف با توجه به برنامه‌ها و استانداردهایی که موفقیت را تضمین می‌نماید.
- نیاز به کسب قدرت: یعنی کسب توانایی برای اعمال نفوذ بر دیگران و کنترل آنها می‌باشد این نیازها سبب می‌شود که افراد مسولیت‌های دیگران را برعهده بگیرند، بر آنها اعمال نفوذ نمایند.
- نیاز به کسب دوستی و روابط: یعنی تمایل به کسب دوستی، حمایت دیگران و ایجاد روابط صمیمی با آنها (محامد و دیگران، ۲۰۱۲).

۴- پیشینه پژوهش در ایران

کاشانی (۱۳۵۵) در پژوهش خود به بررسی عوامل ایجاد تمایل برای مطالعه در کودکان ایرانی در گروه نمونه ۴۰۰ نفر از دانش‌آموزان کلاس پنجم ابتدایی در تهران پرداخته است. نتایج نشان می‌دهد که دانش‌آموزان به آثار نویسندگان ایران علاقمند هستند ولی اکثر کتاب‌های ترجمه را می‌خوانند.

بابانژاد (۱۳۷۵) در پژوهش خود به بررسی و مقایسه شیوه‌های رایج مطالعه و اثر آن در پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان متوسطه شهر بابل پرداخت. یافته‌ها حاکی از آن است که بین معدل پیشرفت تحصیلی و شیوه‌های مطالعه همبستگی مثبت ($r=0/64$) وجود دارد و این رابطه از نظر آماری معنادار است ($tr=18/20$). دانش‌آموزان موفق در مقایسه با دانش‌آموزان ناموفق شیوه‌های مطالعه مناسب‌تری دارند، همچنین دانش‌آموزان دختر در مقایسه با دانش‌آموزان پسر از شیوه‌های مطالعه بهتری سود می‌جویند.

دیانی و تقی پناهی (۱۳۸۷) به بررسی عوامل موثر انگیزه‌های مطالعه در دانش‌آموزان ابتدایی و راهنمایی پرداختند. ابزار پژوهش پرسشنامه انگیزه‌های خواندن MRQ است که در اختیار ۳۰۴ دانش‌آموز مقطع پنجم ابتدایی و سوم راهنمایی شهر مشهد به روش نمونه‌گیری خوشه‌ای قرار گرفته است. یافته‌ها نشان می‌دهد که دانش‌آموزان مورد بررسی، کمابیش همه انگیزه‌های خواندن را دارند. رقابت، اهمیت، لذت و نمره از انگیزه‌هایی بودند که در دانش‌آموزان مورد بررسی نسبت به بقیه در سطح بالاتری قرار داشتند و انگیزه‌های اجتناب از مطالعه، مطالعه به دلایل اجتماعی، مطالعه به قصد چالش‌برانگیزی و تکلیف، نسبت به بقیه انگیزه‌ها نمره‌های کمتری را به خود اختصاص دادند.

رضایی، قدم پور و پاشاشریفی (۱۳۸۷) در پژوهش خود به بررسی الگویی برای ایجاد علاقه و انگیزه به مطالعه و پژوهش به بررسی اثربخشی آن در دانش‌آموزان دوره راهنمایی پرداختند. براساس این پژوهش دیدگاه‌های گوناگون برای رسیدن به

²⁶. Hollyforde & Whiddett

²⁷. Ebersohn & Eloff

²⁸. Characteristics of Motivation

²⁹. Mahmud

الگوی مناسب ارائه شد. این الگوی پیشنهادی بر چهار عنصر بنیادی متکی است که عبارت‌انداز: ویژگی‌های دانش‌آموزان که سبب ایجاد علاقه و انگیزه به مطالعه و پژوهش در آنها می‌شود؛ ویژگی‌های معلمان که علاقه و انگیزه به مطالعه و پژوهش را در دانش‌آموزان افزایش می‌دهند؛ متغیرهای جو کلاس که می‌توانند محیطی برانگیزاننده برای مطالعه و پژوهش ایجاد کنند و متغیرهای آموزشی که علاقمندی نسبت به فعالیت‌های مطالعاتی و پژوهشی را افزایش می‌دهند.

ترشیزی و همکاران (۱۳۹۱) در پژوهش خود عادت‌های مطالعه دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی بیرجند را بررسی کرده‌اند. در یافته‌های این پژوهش آمده است که وضعیت عادت‌های مطالعه آزمودنی‌ها در حد متوسط بوده و شیوه مطالعه آنها از کیفیت مطلوبی برخوردار نیست بنابراین با توجه به اهمیت عادت‌های مطالعه در عملکرد و پیشرفت تحصیلی افراد لازم است برنامه‌ریزی در جهت بهبود روش‌ها و عادت‌های مطالعه دانشجویان صورت پذیرد.

کلرک و فوستر^{۳۰} (۲۰۰۵) در پژوهشی عادت‌ها و اولویت‌های خواندن ۸۰۰۰ نفر از دانش‌آموزان دبستانی و دبیرستانی لندن را نسبت به خواندن براساس سن و جنسیت مورد بررسی قرار دادند. یافته‌ها نشان می‌دهد که دختران بیشتر از پسران از خواندن لذت می‌برند. و پسران نگرش‌های منفی‌تری نسبت به خواندن دارند. پسران خواندن را بیشتر برای به دست آوردن شغل و دختران بیشتر برای سرگرمی انجام می‌دهند. خواندن با سن رابطه عکس نشان می‌دهد، بچه‌های دبستانی نسبت به دبیرستانی‌ها از خواندن بیشتر لذت می‌برند و نگرش مثبت‌تری نسبت به خواندن دارند. هدف آنها از خواندن بیشتر برای مهارت در زندگی، نیاز به دانستن، رسیدن به آنچه می‌خواهند و سرگرمی می‌باشد. پژوهش کلرک و فوستر با پژوهش هال و کلوز^{۳۱} (۱۹۹۹) همسو می‌باشد.

یوسن و مورسپ (۲۰۱۲) در پژوهش خود به بررسی تفاوت‌های جنسیتی در عادت‌های خواندن در میان پسران و دختران مدارس ابتدایی استونی می‌پردازند. یافته‌ها نشان می‌دهد که پسران خودشان را خوانندگان ضعیف یا متوسط می‌دانند و کمتر علاقه‌ای به ادبیات کلاسیک دارند. آنها زمان کمتری را صرف خواندن می‌کنند و علاقه‌ای به کتاب‌های طولانی و با حروف ریز ندارند. و به طور کلی دختران و پسران بیشتر علاقمند به خواندن در اینترنت هستند.

زینب عبدالله عمران و الحسینی^{۳۲} (۲۰۱۳) در پژوهش خود به بررسی موضوع دانش، نگرش و تمرین عادت خواندن بین زنان دانشجوی پزشکی دانشگاه طایبه شهر مدینه منوره می‌پردازد. نتیجه حاصل از این پژوهش این است که دانشجویان زمان بیشتری را صرف خواندن کتاب‌های الکترونیکی می‌کنند نسبت به سایر منابع. و به طور کلی می‌توان گفت دانشجویان زمان کمی را صرف خواندن می‌کنند و موانع خواندن را دانشگاه، زمان و منابع عنوان کرده‌اند.

۵- فرضیات تحقیق

۱. تمرکز بر پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان مقطع راهنمایی مدارس دخترانه منطقه ۲ تهران تاثیر دارد.
۲. یادآوری بر پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان مقطع راهنمایی مدارس دخترانه منطقه ۲ تهران تاثیر دارد.
۳. سازماندهی زمان بر پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان مقطع راهنمایی مدارس دخترانه منطقه ۲ تهران تاثیر دارد.
۴. مطالعه یک فصل بر پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان مقطع راهنمایی مدارس دخترانه منطقه ۲ تهران تاثیر دارد.
۵. گوش کردن و یادداشت‌برداری بر پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان مقطع راهنمایی مدارس دخترانه منطقه ۲ تهران تاثیر دارد.
۶. برگزاری امتحانات بر پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان مقطع راهنمایی مدارس دخترانه منطقه ۲ تهران تاثیر دارد.
۷. انگیزه بر پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان مقطع راهنمایی مدارس دخترانه منطقه ۲ تهران تاثیر دارد.

³⁰ . Clark and Foster

³¹ . Hall and Coles

³² . Abdullah Emran Al Husaini

۶- نوع و روش پژوهش

پژوهش حاضر، از نوع کاربردی، به روش پیمایشی، و از نظر هدف، توصیفیاست. مبانی نظری این پژوهش با استفاده از متون کتابخانه‌ای جمع‌آوری شده است. این پژوهش با دنبال کردن دقیق یک روند علمی و از طریق مطالعه تعداد نسبتاً اندکی که از یک گروه بزرگ‌تر انتخاب شده‌اند، درباره بسیاری از عوامل به استنتاج‌هایی رسیده است

۱-۶. جامعه و نمونه آماری پژوهش

جامعه آماری این پژوهش دانش آموزان مدارس راهنمایی دخترانه منطقه ۲ تهران می باشد که دارای ۱۷۴۶ دانش آموز می باشند که بر اساس جدول مورگان تعداد نمونه آماری برابر با ۳۱۳ نفر از دانش آموزان می باشد که بصورت تصادفی ساده انتخاب شده اند.

۲-۶. روش جمع آوری داده ها

در این پژوهش از روشهای ذیل جهت گرد آوی اطلاعات استفاده خواهد شد:

الف- مطالعه اسنادی و کتابخانه‌ای:

در این راستا، ابتدا بررسی جامعی در اسناد و منابع کتابخانه‌ای نظیر کتاب‌ها، پایان‌نامه‌ها، گزارش طرح‌ها و پروژه‌ها، ژورنال‌ها و مجلات علمی و پژوهشی صورت گرفت و اطلاعات نسبتاً جامع و کاملی نسبت به موضوع مورد بررسی به دست خواهد آمد.

ب- جستجو از طریق منابع الکترونیکی:

برای کسب اطلاعات جدید و گسترده، یافته‌های پژوهشی، مقالات علمی در این زمینه و همچنین ارتباطات با محققین مربوطه در سایر کشورها از منابع الکترونیکی (اینترنت) استفاده گردید.

ج- مطالعه میدانی:

در این بخش نیز برای کسب اطلاعات مورد نیاز از ابزار پرسشنامه محقق ساخت استفاده می‌گردد که پس از تدوین پرسشنامه نهایی، برای پر کردن پرسشنامه‌ها، به صورت حضوری، با ارائه توضیحی مختصر در رابطه با موضوع و اهداف تحقیق، نسبت به تکمیل پرسشنامه‌ها اقدام گردید. در این راستا سعی گردید که از طیف‌ها و گروه‌های مختلف پرسشنامه‌ها تکمیل گردد.

۳-۶. ابزار اندازه گیری

در این پژوهش از پرسشنامه به عنوان ابزار اندازه گیری استفاده شده است.

۴-۶. روش تجزیه و تحلیل

در این تحقیق از استنباط آماری مربوط برای تجزیه و تحلیل داده‌ها و آزمون فرضیه‌های بهره گرفته می‌شود. در سطح استنباطی، از آلفای کرونباخ برای بررسی پایایی پرسشنامه، از آزمون کولموگروف اسمیرنوف برای تعیین نرمال بودن و از آزمون t تک نمونه ای و آزمون رگرسیون جهت آزمون فرضیه‌های تحقیق استفاده گردیده است.

۵-۶. پایایی و روایی

روایی این پرسشنامه با استفاده از نظرات خبرگان و اساتید دانشگاه و همچنین پایایی پرسشنامه با استفاده از روش آلفای کرونباخ که برابر با ۰.۸۴۳ می باشد (چون بزرگتر از ۰.۷ است پس قابل قبول می باشد). اثبات شده است

۷- تجزیه و تحلیل

تحلیل آماری که در این مقاله انجام گرفته است، تحلیل استنباطی می باشد که به ترتیب تشریح خواهند شد.

۷-۱. تحلیل استنباطی

بررسی فرض نرمال بودن داده ها با استفاده از آزمون کولموگروف - اسمیرنوف برای استفاده از تکنیکهای آماری ابتدا باید مشخص شود که داده های جمع آوری شده از توزیع نرمال برخوردار است یا غیر نرمال. چون در صورت نرمال بودن توزیع داده های جمع آوری شده برای آزمون فرضیه ها میتوان از آزمونهای پارامتریک استفاده نمود و در صورت غیر نرمال بودن از آزمونهای ناپارامتریک. بدین منظور در این مرحله به بررسی نتایج حاصل از آزمون کولموگروف - اسمیرنوف در مورد هر یک از متغیرهای وابسته و مستقل می پردازیم و بر اساس نتایج حاصل، آزمونهای مناسب برای بررسی صحت و سقم فرضیات تحقیق را انتخاب میکنیم.

جدول ۱- نتیجه آزمون نرمال بودن متغیرها

| ردیف | عامل | سطح معنی داری | مقدار خطا | تایید فرضیه | نتیجه |
|------|---------------------------|---------------|-----------|-------------|-----------|
| ۱. | تمرکز | ۰.۶۸۳ | ۰.۰۵ | H0 | نرمال است |
| ۲. | یادآوری | ۰.۷۳۹ | ۰.۰۵ | H0 | نرمال است |
| ۳. | سازماندهی زمان | ۰.۷۶۸ | ۰.۰۵ | H0 | نرمال است |
| ۴. | مطالعه یک فصل | ۰.۶۷۴ | ۰.۰۵ | H0 | نرمال است |
| ۵. | گوش کردن و یادداشت برداری | ۰.۷۴۴ | ۰.۰۵ | H0 | نرمال است |
| ۶. | برگزاری امتحانات | ۰.۷۶۲ | ۰.۰۵ | H0 | نرمال است |
| ۷. | تمرکز | ۰.۶۵۱ | ۰.۰۵ | H0 | نرمال است |

با توجه به نتایج جدول فوق چون مقدار سطح معنی داری برای تمام مؤلفه ها بزرگتر از مقدار خطا ۰.۰۵ است در نتیجه این متغیرها دارای توزیع نرمال هستند. و از آزمون های پارامتریک استفاده می گردد.

۷-۲. تبیین و تفسیر متغیرها

با توجه به اینکه حجم داده ها بالاتر از ۳۰ می باشد با توجه به نرمال بودن توزیع، جهت تبیین و تفسیر متغیرهای تحقیق، از آزمون t تک نمونه ای با مقدار آزمون برابر عدد ۳ (Test Value = 3) و فاصله اطمینان ۹۹٪ استفاده شده است. در آزمون مذکور، در صورتی که مقدار P-Value بزرگتر از ۰.۰۱ باشد، متغیر مورد بررسی با مقدار آزمون (یعنی عدد ۳) تفاوت معناداری ندارد و در نتیجه عامل مورد بررسی در حد متوسط در جامعه آماری وجود دارد؛ و در صورتی که مقدار P-Value کمتر از ۰.۰۱ باشد، متغیر مورد بررسی با مقدار آزمون (یعنی عدد ۳) تفاوت معناداری دارد. در این حالت اگر میانگین عامل مورد بررسی بالاتر از عدد ۳ بود، عامل مورد بررسی بصورت قوی در جامعه آماری وجود دارد، و اگر میانگین عامل مورد بررسی پایینتر از عدد ۳ بود، عامل مورد بررسی بصورت ضعیف در جامعه آماری وجود دارد.

جدول ۲: نتایج آزمون t تک نمونه ای برای متغیرها

| عامل | P-Value Sig. (2-tailed) | میانگین | انحراف معیار | آزمون t |
|-----------------------------|----------------------------|---------|--------------|---------|
| تمرکز | ۰.۰۰۱ | ۴.۳۲ | ۰.۶۲ | ۳۱.۸۶ |
| یادآوری | ۰.۰۰۱ | ۴.۳۷ | ۰.۶۱ | ۳۳.۵۷ |
| سازماندهی زمان | ۰.۰۰۱ | ۴.۳۸ | ۰.۶۱ | ۳۳.۶۳ |
| مطالعه یک فصل | ۰.۰۰۱ | ۴.۴۴ | ۰.۶۱ | ۳۵.۰۵ |
| گوش کردن ویادداشت برداری | ۰.۰۰۱ | ۳.۷ | ۳.۷ | ۵.۶۰۸ |
| برگزاری امتحانات | ۰.۰۰۱ | ۳.۸ | ۳.۸ | ۵.۲۳۵ |
| انگیزه | ۰.۰۰۱ | ۳.۸۲ | ۳.۸۲ | ۴.۹۸۴ |

با توجه به نگاره (۲)، مشاهده می شود که میانگین تمام طبقات از مقدار آزمون، یعنی عدد ۳ بزرگتر بوده که از سطح اطمینان بیش از ۰.۹۹ برخوردارند و دارای تاثیر بالاتر از حد متوسط می باشند.

۳-۷. تجزیه و تحلیل و آزمون فرضیه بوسیله آزمون رگرسیون

جدول ۳- نتایج آزمون رگرسیون فرضیه های تحقیق

| ردیف | متغیر | R2 | ANOVA (Sig.) | رد یا تایید فرضیه |
|------|--------------------------|-------|-----------------|-------------------|
| ۱. | تمرکز | ۰.۶۷۹ | ۰.۰۰۰ | تایید |
| ۲. | یادآوری | ۰.۷۱۲ | ۰.۰۰۰ | تایید |
| ۳. | مطالعه یک فصل | ۰.۷۲۶ | ۰.۰۰۰ | تایید |
| ۴. | سازماندهی زمان | ۰.۷۴۳ | ۰.۰۰۰ | تایید |
| ۵. | گوش کردن ویادداشت برداری | ۰.۵۸۷ | ۰.۰۰۰ | تایید |
| ۶. | برگزاری امتحانات | ۰.۶۲۳ | ۰.۰۰۰ | تایید |
| ۷. | انگیزه | ۰.۶۵۲ | ۰.۰۰۰ | تایید |

۸- نتیجه گیری و پیشنهادات

یکی از مهمترین عوامل موثر بر پیشرفت تحصیلی دانش آموزان عادت های مطالعه ی این دانش آموزان می باشد. در جدول ۳ عوامل موثر بر پیشرفت تحصیلی آن ها با استفاده از آزمون رگرسیون بررسی شده است که نتایج این تحقیق نشان دهنده ی این امر کمی باشد که تمامی فرضیه ها تایید شده اند.

بیشترین تاثیر را بر پیشرفت تحصیلی دانش آموزان سازماندهی زمان و کمترین تاثیر را گوش کردن ویادداشت برداری دارد. نتایج این پژوهش با نتایج پژوهش نوریان و همکاران (۱۳۸۵)؛ مبنی بر مهارت ها و عادت های مطالعه دانشجویان پزشکی زنجان در مورد عادت های مطالعه غیرهمسو می باشد زیرا در پژوهش نوریان و همکاران بیشترین میانگین مربوط به مدیریت زمان

و کمترین میانگین مربوط به گوش کردن و یادداشت‌برداری می‌باشد و در این پژوهش بیشترین میانگین مربوط به گوش کردن و یادداشت‌برداری و کمترین میانگین مربوط به برگزاری امتحانات می‌باشد. نتایج این پژوهش همچنین با نتایج پژوهش فریدونی مقدم و چراغیان (۱۳۸۸)؛ مبنی بر عادت‌های مطالعه و ارتباط آن با عملکرد تحصیلی دانشجویان دانشکده پرستاری آبادان به کلی متفاوت می‌باشد زیرا در پژوهش مقدم و چراغیان کمترین عملکرد مربوط به گوش کردن و یادداشت‌برداری و بیشترین عملکرد را دانشجویان در برگزاری امتحانات دارند در نتیجه با نتایج این پژوهش غیرهمسو می‌باشد. همچنین با نتایج پژوهش ابادری و ریگی (۱۳۹۱)؛ مبنی بر عادت‌ها و مهارت‌های مطالعه دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی زاهدان نیز غیرهمسو می‌باشد در پژوهش ابادری و ریگی بیشترین عملکرد دانشجویان در انگیزه و مدیریت زمان کمترین عملکرد را نشان داده‌اند. نتایج این پژوهش همچنین با نتایج پژوهش ترشیزی و همکاران (۱۳۹۱)؛ مبنی بر عادت‌های مطالعه دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی بیرجند غیرهمسو می‌باشد زیرا در پژوهش ترشیزی و همکاران دانشجویان بهترین عملکرد را در مدیریت زمان و کمترین عملکرد را در گوش کردن و یادداشت‌برداری نشان داده‌اند نتایج پژوهش ترشیزی با نتایج پژوهش چراغیان و فریدونی مقدم همسو می‌باشد. نتایج این پژوهش همچنین با نتایج پژوهش دیروسیس و همکاران (۲۰۰۴)؛ مبنی بر عادت‌های مطالعه رزیدنت‌های جراحی و عملکرد هیات علمی در آموزش امتحانات آمریکا (ABSITE) در زمینه بهترین عملکرد (یادداشت‌برداری) همسو و در زمینه کمترین عملکرد (مدیریت زمان و برنامه‌ریزی) غیرهمسو می‌باشد زیرا در این پژوهش که در آمریکا انجام شد عمده مشکلات دانشجویان در زمینه عادت‌های مطالعه در مدیریت زمان، برنامه‌ریزی می‌باشد و همچنین در این مطالعه افرادی که نکات مهم را به هنگام مطالعه مطالب درسی با تفسیر و برداشت خود یادداشت کرده بودند نسبت به افرادی که فقط مطالب را برجسته نموده بودند، در امتحانات به طور معنی‌داری عملکرد بهتری داشتند. نتایج این پژوهش همچنین با نتایج پژوهش آن‌نجی (۲۰۰۲)؛ مبنی بر عادت‌های مطالعه دانشجویان دانشگاه نیجریه غیرهمسو می‌باشد زیرا در پژوهش آن‌نجی عمده مشکلات دانشجویان در مدیریت زمان و زمان‌بندی می‌باشد. این پژوهش همچنین با پژوهش بادله و همکاران (۱۳۹۱)؛ مبنی بر مهارت‌های مطالعه در دانشجویان پرستاری و مامایی دانشگاه علوم پزشکی گلستان غیرهمسو می‌باشد. نتایج پژوهش بادله و همکاران نشان می‌دهد که دانشجویان بهترین عملکرد را در تمرکز و کمترین عملکرد را در مدیریت زمان دارند.

۸-۱. پیشنهادهای اجرایی پژوهش

- از خانواده‌ها انتظار می‌رود که از همان کودکی فرزندان خود را با کتاب و کتابخوانی آشنا کنند.
- مدارس نقش موثری در رشد و پرورش کودکان دارند لذا انتظار می‌رود آموزش و پرورش در زمینه آموزش عادت‌ها و روش‌های خواندن و مطالعه به کودکان نقش فعالی داشته باشد.
- به دانشگاه‌ها و سایر موسسات آموزش عالی توصیه می‌شود که یک واحد درسی برای آموزش عادت‌ها و مهارت‌ها و روش‌های خواندن در نظر گرفته شود.
- با توجه به نقش موثر کتابخانه‌ها انتظار می‌رود که دانشگاه‌ها و کتابخانه‌ها در زمینه توسعه خواندن و مطالعه با هم مشارکت فعال داشته باشند.

۸-۲. پیشنهادهایی برای پژوهش‌های آینده

- رابطه بین عادت‌های خواندن و مطالعه در میان دانش‌آموزان و دانشجویان
- شکاف بین عادت‌های خواندن و مطالعه دانش‌آموزان و دانشجویان
- تاثیر خانواده، مدرسه و سایر نهادها بر عادت‌های خواندن و مطالعه دانش‌آموزان و دانشجویان

منابع

۱. نادری، فاطمه، شعبانی، احمد، عابدی، محمدرضا (۱۳۸۹). مطالعه در عصر دیجیتال: از اندیشه های کنتون اوهارا تا زایمینگ لیو. تهران: چاپار.
۲. ناعمی، محمدعلی (۱۳۷۷). روانشناسی آموزش خواندن. مشهد: شرکت به نشر.
۳. فتاحی، رحمت الله (۱۳۹۲). مطالعه و انگیزه های آن از دیدگاه پیرس باتلر در کتاب «جنبه های نظری علم کتابداری». کلیات کتاب ماه، ۱۷ (۳)، صص ۲۶-۲۸.
۴. صیفوری، ویدا (۱۳۹۱). سنجش مهارت و عادت های مطالعه دانشجویان دانشکده علوم اجتماعی دانشگاه رازی کرمانشاه. تحقیقات اطلاع رسانی و کتابخانه های عمومی، ۱۸ (۱)، صص ۸۹-۱۰۰.
۵. یعقوبی، ابوالقاسم (۱۳۸۳). تاثیر آموزش راهبردهای فراشناختی بر بهبود عملکرد خواندن دانش آموزان نارساخوان پسر پایه چهارم و پنجم ابتدایی شهر همدان.
۶. گلور، جان ای، برونینگ، راجراچ (۱۳۷۵). روانشناسی تربیتی. ترجمه علی نقی خرازی. تهران: نشر دانشگاهی.
۷. میرحسینی، علی اکبر (۱۳۸۱). خواندن. ادبیات و زبان ها. رشد آموزش زبان، (۶۶)، صص ۱۰-۴.
۸. ذوالفقاری، علیرضا (۱۳۸۴). چگونه مطالعه کنیم؟. علوم تربیتی، پیوند، (۲۱۵)، صص ۵۴-۵۰.
۹. راینر، کیت، پلاتسک، الکساندر (۱۳۸۳). مدل های خواندن. ترجمه علی مزینانی. فصلنامه کتابف (۵۸)، صص ۲۱۹-۲۰۱.
۱۰. شعبانی، احمد، شفیعی پور مطلق، محمدرضا (۱۳۸۲). بررسی مقایسه میزان آگاهی دانشجویان از شیوه های مطالعه. مطالعات ملی کتابداری و سازماندهی اطلاعات، (۵۴)، صص ۴۴-۳۶.
۱۱. اشرفی ریزی، حسن (۱۳۸۸). آشنایی دانشجویان با شیوه های مطالعه (پژوهشی در متون). کلیات کتاب ماه: اطلاعات و ارتباطات و دانش شناسی، (۱۱)، ۱۴۳.
۱۲. براتی، حسینعلی (۱۳۸۴). روانشناسی مطالعه. اصفهان: نشر پیام علوی.
۱۳. شیکرانز، جودیسی ... [و دیگران] (۱۳۸۱). گام های نخستین خواندن. ترجمه احمد به پژوه و محمدجعفر کندی. تهران: سازمان انجمن اولیا و مربیان ایران.
۱۴. سیف، علی اکبر (۱۳۸۹). روش های یادگیری و مطالعه. ویراست ۲. تهران: دوران.
۱۵. شقاقی، فرهاد (۱۳۸۲). تاثیر آموزش مهارت ها و راهبردهای یادگیری و مطالعه در یادگیری دانشجویان دانشگاه پیام نور و ثبات این تاثیر یادگیری پس از گذشت یک نیم سال. پایان نامه دکتری. دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی دانشگاه علامه طباطبایی.
۱۶. کاکیا، لیدا (۱۳۸۹). خوب شنیدن عاملی اساسی جهت رسیدن به یک مدرسه کارآمد (راهکارهای عملی ویژه مربیان). پژوهشی، آموزشی، اطلاع رسانی: مدارس کارآمد، (۹)، صص ۱۲۴-۱۲۶.
۱۷. اوتادی، حدیثه (۱۳۹۲). مهارت یادداشت برداری: یادداشت برداری، یکی از فنون مهم مطالعه. رشد آموزش متوسطه، (۴)، صص ۲۹-۲۷.

۱۸. امرالهی بیوکی، مینو (۱۳۸۹). بررسی و مقایسه مهارت دقیق خوانی طبق الگوی بالدريج و تاثیر آن بر خواندن کتاب فارسی بخوانیم دانش‌آموزان پایه چهارم دبستان شهر تهران. پایان نامه کارشناسی ارشد. دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی دانشگاه علامه طباطبایی.
۱۹. شریفی، پروانه، رحمتی، عباس (۱۳۹۲). تاثیر آموزش مهارت‌های یادداشت‌برداری بر خودکارآمدی تحصیلی دانشجویان. گام‌های توسعه در آموزش پزشکی. مجله مرکز مطالعات و توسعه آموزش پزشکی، ۱۰ (۱)، صص ۲۷-۳۵.
۲۰. طوسی، بهرام (۱۳۷۳). مهارت‌های مطالعه. مشهد: ترانه.
۲۱. رضایی، اکبر؛ قدم پور، عزت‌الله؛ پاشاشریفی، حسن (۱۳۸۷). الگویی برای ایجاد علاقه و انگیزه به مطالعه و پژوهش: بررسی اثربخشی آن در دانش‌آموزان دوره راهنمایی. علوم تربیتی: نوآوری‌های آموزشی، (۲۵)، صص ۱۵۱-۱۸۶.
۲۲. ترشیزی، مرضیه، وارسته، سمانه، پوررضایی، زهرا و فصیحی، رقیه (۱۳۹۱). عادت‌های مطالعه دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی بیرجند. مجله ایرانی آموزش در علوم پزشکی، ۱۲ (۱۱)، صص ۸۷۶-۸۶۶.
۲۳. بادله، محمدتقی، و همکاران (۱۳۹۱). مهارت‌های مطالعه در دانشجویان پرستاری و مامایی دانشگاه علوم پزشکی گلستان. مجله توسعه پژوهش در پرستاری و مامایی، ۹ (۱)، صص ۳۴-۴۰.
۲۴. ابادری، زهرا و ریگی، طاهره (۱۳۹۱). عادت‌ها و مهارت‌های مطالعه دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی زاهدان. مدیریت اطلاعات سلامت، (۹)، صص ۸۶۱-۸۴۸.
۲۵. فریدونی، مالک، چراغیان، بهمن (۱۳۸۸). عادت‌های مطالعه و ارتباط آن با عملکرد تحصیلی دانشجویان دانشکده پرستاری آبادان. گام‌های توسعه در آموزش پزشکی. مجله مرکز مطالعات و توسعه آموزش پزشکی، ۶ (۱)، صص ۲۱-۲۸.
۲۶. نوریان، عباسعلی، موسوی نسب، نورالدین، فهری، آرزو و محمدزاده، اکبر (۱۳۸۵). مهارت‌ها و عادت‌های مطالعه دانشجویان پزشکی زنجان. آموزش در علوم پزشکی، ۶ (۱)، صص ۱۰۷-۱۰۱.
۲۷. دیانی، محمدحسین؛ تقی پناهی، فاطمه (۱۳۸۷). بررسی عوامل موثر بر انگیزه‌های مطالعه در دانش‌آموزان ابتدایی و راهنمایی. اطلاع‌رسانی و کتابداری، (۴۳)، صص ۲۰-۳۸.
۲۸. بابانژاد، حسن (۱۳۷۵). بررسی و مقایسه شیوه‌های رایج مطالعه و اثر آن در پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان شهر بابل. پایان نامه کارشناسی ارشد. دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی دانشگاه علامه طباطبایی
۲۹. کاشانی، نعیمه (۱۳۵۵). بررسی عوامل ایجاد تمایل برای مطالعه در کودکان ایرانی. پایان نامه کارشناسی ارشد. دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی دانشگاه علامه طباطبایی.
۳۰. طالبی، اکبر (۱۳۸۹). مقایسه اثربخشی آموزش و مهارت‌های مطالعه بر کاهش اضطراب امتحان دانشجویان درون‌گرا و برون‌گرا ورودی سال ۸۷-۸۸ تحصیلی دانشگاه علوم پزشکی تهران. پایان نامه کارشناسی ارشد. دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی دانشگاه علامه طباطبایی.

31. Mohamed, Mohini, ... [at]. (2012). Reading behaviors of students in Kolej Dati Seri Endon (K DSE). International Journal of Educational Management. Vol 26. No 4. PP 381- 390.

32. Noor, N. M. (2011). Reading Habits And Preferences Of Efl Post Graduates: A Case Study. Indonesian Journal of Applied Linguistics (IJAL), 1(1), 1-9.

33. Uusen, Anne, Määrsepp, Mare (2012). Gender differences in reading habits among boys and girls of basic. school in Estonia. *Procedia - Social and Behavioral Sciences* (69), pp 1795 – 1804. .from: <http://www.sciencedirect.com/>
34. Husaini, A., & Emran, Z. A. (2013). Knowledge, attitude and practice of reading habit among female medical students, Taibah University. *Journal of Taibah University Medical Sciences*, 8(3), 192-198
35. Derossis AM, Da RD, Schwartz A, Hauge LS, Bordage G (2004). Study habits of surgery residents and performance on American Board of Surgery In-Training examinations. *188(3): 230-6*
36. Nneji L. Study habits of Nigerian university students, in *Quality Conversations. Proceedings of the 25th HERDSA Annual Conference; 2002 Jul 7-10; Perth, Western Australia; 2002. p. 490.*
37. Clark, C., & Foster, A. (2005). *Children's and Young People's Reading Habits and Preferences: The Who, What, Why, Where and When.* National Literacy Trust. London. National Literacy Trust from : <http://www.literacytrust.org.uk/>
38. Anderson, R.C., Hiebert, E.H., Scott, J.A. and Wilkinson, I.A.G. (1985). *Becoming a nation of readers,* Department of Education, The National Institute of Education, Washington, DC. from: [http://www.eric.ed.gov.opac.msmc.edu/ERICWebPortal/search/detailmini.jsp?_nfpb=true&_ERICExtSearch_SearchValue_0=ED253865&ERICExtSearch_SearchType_0=no&accno=ED253865]