

# مطالعه و پیش

## رابطه عادات مطالعه با

زهرا برادران خاکسار، کارشناس ارشد روان‌شناسی تربیتی  
مهدی امیراحمدی آهنگ، کارشناس ارشد روان‌شناسی تربیتی  
صادق بهدانی، کارشناس علوم اجتماعی

### چکیده

در پژوهش حاضر رابطه بین پیشرفت تحصیلی و عادات مطالعه مورد بررسی قرار گرفته است. روش پژوهش پس رویدادی و جامعه آماری تحقیق کلیه دانش‌آموزان متوسطه شهرستان زیرکوه خراسان جنوبی در سال تحصیلی ۸۹-۹۰ بوده‌اند. ۲۵۰ دانش‌آموز به صورت نمونه‌گیری چند مرحله‌ای از بین دانش‌آموزان دختر و پسر انتخاب شدند و پرسش‌نامه عادات مطالعه در اختیار آنان قرار گرفت که در نهایت به دلیل حذف برخی پرسش‌نامه‌های دارای اطلاعات ناقص، حجم نمونه پژوهش به ۲۲۳ نفر تقلیل یافت. اطلاعات به صورت توصیفی بررسی شد و داده‌ها با استفاده از آزمون تحلیل واریانس مورد ارزیابی قرار گرفت. نتایج پژوهش نشان داد که دانش‌آموزانی که پیشرفت تحصیلی بالایی داشتند، در مؤلفه‌های تقسیم‌بندی زمان، انگیزش یادگیری و تندرستی، تفاوت معناداری با سایر دانش‌آموزان نشان دادند. هم‌چنین در مؤلفه تقسیم‌بندی زمان، میانگین نمره در دانش‌آموزان دختر تفاوت معناداری نسبت به پسران نشان داد، اما در سایر مؤلفه‌ها، تفاوتی بین این دو گروه مشاهده نشد. در مورد تفاوت مهارت‌های مطالعه بر اساس رشته تحصیلی، تنها در دو مؤلفه یادداشت کردن و تندرستی، تفاوت بین گروه علوم تجربی و گروه علوم انسانی دیده شد. این نتایج نشان می‌دهد که به کارگیری عادات صحیح و مطلوب مطالعه می‌تواند بر پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان تأثیر مثبتی داشته باشد و آن را افزایش دهد.

**کلیدواژه‌ها:** عادات مطالعه، پیشرفت تحصیلی، رشته تحصیلی.

### مقدمه

همان‌طور که دانش‌آموزان شخصیت متفاوتی دارند، روش‌های یادگیری آن‌ها نیز متفاوت است (سیدمحمدی، ۱۳۸۷). پژوهش‌های زیادی نشان می‌دهند که می‌توان موفقیت دانش‌آموزان و دانشجویان را، براساس رویکردهای یادگیری آنان، که شامل عادات یا مهارت‌های مطالعه است پیش‌بینی کرد. مهارت‌ها یا راهبردهای مطالعه شامل؛ افکار و رفتارهای نهان و آشکاری است که با موفقیت در یادگیری مرتبط هستند و می‌توانند از طریق مداخلات آموزشی تغییر یابند و هر فعالیت شناختی، رفتاری و عاطفی است که فرایند ذخیره‌سازی، بازیابی و استفاده از دانش یا آموخته‌ها را تسهیل می‌کند (بخشی‌وزار، ۱۳۸۹).

عادت‌های مطالعه خوب شامل مهارت‌های مختلفی از قبیل مدیریت زمان، خودانضباطی، تمرکز، به‌خاطر سپاری، سازمان‌دهی، تلاش و علاقه به موفقیت می‌شود (May-

پیشرفت تحصیلی، مبنای قضاوت‌ها و ارزشیابی‌های آموزشی در مورد عملکرد دانش‌آموز قرار می‌گیرد که هم یادگیری او را می‌سند و هم آمادگی او را برای کسب رتبه و موقعیت جدید تحصیلی تعیین می‌کند. دانش‌آموزان به عنوان مهم‌ترین عنصر در فرایند آموزش، تحت تأثیر موقعیت‌ها، روش‌ها، انگیزه‌ها و امکاناتی قرار می‌گیرند که آن‌ها را انتخاب می‌کنند. میزان یادگیری به عنوان تغییرات ناشی از تجربه که نوسان آن شاخص پیشرفت تحصیلی است (نبوی و عسکریان، ۱۳۸۳)، متأثر از عوامل گوناگونی است که یکی از آن‌ها، عادات یا مهارت‌های مطالعه است (سیروهی، ۲۰۰۴).

مواردی که یادگیرنده برای کمک به فراگیری، سازماندهی و ذخیره‌سازی دانش از آن استفاده می‌کند، راهبردهای شناختی و گاهی مهارت‌های یادگیری نامیده می‌شود (سیف، ۱۳۸۲).

# رفت تحصیلی

## پیشرفت تحصیلی دانش آموزان مقطع متوسطه

شهرستان زیرکوه خراسان جنوبی



دانش آموزان نیز، گسترش عادت‌های مطالعه خوب در مدرسه و خانه ضروری است (ریاض، کیران و ملیک و ... ۲۰۰۲). بنابراین این امر دارای ارزش زیادی برای دانش آموزان است که روش‌های مطالعه و یادگیری را در پیشرفت تحصیلی خود به کار گیرند، چنان که موفق بودن در مدرسه نیازمند سطح بالایی از مهارت‌های مطالعه است. دانش آموزان باید این مهارت‌ها را یاد بگیرند و تمرین کنند (Mayland community college, 2002). پژوهش‌های متعدد، تأثیر سبک مطالعه بر یادگیری را بررسی نموده‌اند. در تحقیقی که امینیان (۱۳۷۸) با عنوان بررسی شیوه‌های مطالعه بر یادگیری دانش آموزان انجام داد، نتایج نشان داد که بین معدل دیپلم و معدل دانشگاه همبستگی مثبت و معناداری ( $r = 0/53$ ) وجود دارد. هم‌چنین نتایج نشان داد که اغلب دانشجویان هنگام مطالعه با مشکلاتی نظیر عدم تمرکز حواس، نداشتن حوصله درس خواندن، کندخوانی و عدم یادگیری مطلب، ندیدن آموزش‌های لازم در زمینه روش‌های صحیح مطالعه روبه‌رو هستند (نبوی و عسکریان، ۱۳۸۳). رابینز و مارتوس (۱۹۹۶؛ نقل از نبوی و عسکریان، ۱۳۸۳) نیز در پژوهشی نشان دادند که بین شیوه‌های یادگیری دختران و پسران تفاوت معناداری وجود دارد. (نبوی و عسکریان، ۱۳۸۳) در تحقیقی نشان دادند که همبستگی مثبتی بین معدل و شیوه‌های مطالعه دانشجویان وجود دارد و این شیوه‌ها و راهبردهای متنوع که شخص به منظور یادگیری در پیش می‌گیرد، از عوامل مؤثر بر یادگیری به‌شمار می‌روند. کرتا در پژوهش خود به (land community college, 2002) و اکثراً تحت عناوین برنامه‌ریزی زمان (گذران مؤثر زمان)، سازمان‌دهی فضای مطالعه، خواندن کارآ، گوش دادن فعال، یادداشت برداری، نوشتن مؤثر، یادگیری فعال، انجام دادن تکالیف، آمادگی برای آزمون و آزمون گرفتن مورد بحث واقع می‌شود (موکایت، سرکرو و بیند، ۲۰۰۹). پژوهش‌ها نشان می‌دهد که رویکردهای یادگیری، موفقیت دانش آموز یا فراگیر را پیش‌بینی می‌کند (فریدونی‌مقدم و چراغیان، ۱۳۸۸) و آنچه بیشترین تأثیر را بر وضعیت عملکرد تحصیلی دانش آموزان دارد، مهارت‌های عمومی مطالعه، یادگیری درس و یادآوری مطالب آموخته شده است (حیدری و کوشان، ۱۳۸۵). مطالعات متعدد نشان داده‌اند که نارسایی در مهارت‌های یادگیری و مطالعه می‌تواند تمام مزایای یک محیط آموزشی مطلوب و حتی قابلیت‌های هوشی، شخصی و سلامت جسمی- روانی افراد را به‌طور منفی تحت‌الشعاع خود قرار دهد و از طرفی در صورت کارآمدی نیز می‌تواند بسیاری از نارسایی‌های احتمالی در محیط‌های آموزشی و یا حتی کاستی انگیزش تحصیلی و سلامت جسمی- روانی که می‌تواند تأثیر نامطلوبی بر عملکرد فرد داشته باشد را تعدیل یا جبران کند (فریدونی‌مقدم و چراغیان، ۱۳۸۸). مشخص است که دانش‌آموزانی که مهارت‌های مطالعه مناسب را در مدرسه به‌دست می‌آورند، نسبت به مدرسه و انطباق یادگیری به‌عنوان هدف، نگرش‌های مثبتی را رشد می‌دهند (موکایت، سوکرو، و بیند، ۲۰۰۹). راسول (۱۹۶۸) و شافیکو (۱۹۷۸) از پژوهش خود نتیجه‌گیری کرده‌اند که عادت‌های مطالعه ارتباط مثبتی با یادگیری دارد و منتج به پیشرفت‌های بهتری می‌شود (ریاض، کیران و ملیک، ۲۰۰۲). بررسی عادت‌های مطالعه از این جهت اهمیت دارد که از طرفی همه والدین دوست دارند فرزندانشان در مدرسه خوب یاد بگیرند و تا حد ممکن مطالب را بیاموزند و از سوی دیگر برای

این نتیجه رسید که گسترش مهارت‌های مطالعه دانش‌آموزان تقریباً همه مشکلات رفتاری دانش‌آموزان را کاهش می‌دهد (موکایت، سوکرو و بیند، ۲۰۰۹). نتایج تحقیق فریدونی مقدم و چراغیان (۱۳۸۸) نشان داد که بین میانگین نمره‌های عادات مطالعه افراد و عملکرد تحصیلی آن‌ها ارتباط مثبت، ضعیف و معناداری وجود دارد ( $r=0/27$ ,  $p=0/001$ ). هم‌چنین بین عادات‌های مطالعه افراد با ترم تحصیلی، سن و وضعیت آموزشی ارتباط معنادار آماري به‌دست نیامد.

نجی (۲۰۰۲؛ نقل از فریدونی مقدم و چراغیان، ۱۳۸۸) نیز با استناد به مطالعات قبلی می‌نویسد: «عادات‌های مطالعه ضعیف، بزرگ‌ترین دلیل شکست دانشجویان نیجریه است، برعکس عادات‌های مطلوب مطالعه تأثیر بسیار مثبتی بر عملکرد تحصیلی افراد دارد». در تحقیق دایلمن و همکاران (۲۰۰۹) تفاوت معناداری بین امتیاز مهارت‌های مطالعه دانش‌آموزان دختر و پسر یافت شد، اما از لحاظ پایه، نوع مدرسه و زمینه آموزش تفاوت وجود داشت.

تحقیق بابانژاد (۱۳۷۵؛ نبوی و عسکریان، ۱۳۸۳) به بررسی و مقایسه مطالعه و یادگیری و اثر آن بر پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان پرداخت که نتایج نشان داد بین معدل و شیوه مطالعه همبستگی مثبت وجود دارد و دختران در مقایسه با پسران از شیوه‌های مطلوب‌تری بهره می‌گیرند.

پژوهش حاضر در جهت ایجاد زمینه یادگیری بهتر با توجه به تفاوت‌های فردی، کاربردی و مفید است و با توجه به نتایج می‌توان در جهت بهبود بخشی روش و مهارت دانش‌آموز در کنار آموزش، به‌عنوان عامل مؤثر بر پیشرفت تحصیلی بهره گرفت. ویژگی پژوهش حاضر، توجه به تفاوت عادات مطالعه در پایه‌های مختلف تحصیلی متوسطه با توجه به جنسیت است.

## اهداف پژوهش

هدف کلی پژوهش بررسی رابطه بین عادات مطالعه و پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان متوسطه است و اهداف فرعی آن نیز عبارت است از:

- بررسی تنوع عادات و مهارت‌های مطالعاتی دانش‌آموزان دختر و پسر؛

- بررسی عادات مطالعه و تنوع آن در پایه‌های مختلف



تحصیلی متوسطه؛

- بررسی عادات مطالعه در بین رشته‌های تحصیلی مختلف.

## فرضیه‌های تحقیق

۱. عادات مطالعه دانش‌آموزان با پیشرفت تحصیلی آن‌ها ارتباط دارد.
۲. بین عادات مطالعه دانش‌آموزان از لحاظ جنسیت تفاوت وجود دارد.
۳. بین عادات مطالعه دانش‌آموزان از لحاظ پایه تحصیلی تفاوت وجود دارد.
۴. بین عادات مطالعه دانش‌آموزان از لحاظ رشته تحصیلی تفاوت وجود دارد.

## روش تحقیق

روش تحقیق از نوع پس‌رویدادی است که مبنای مقایسه معدل سال قبل دانش‌آموزان می‌باشد. متغیر مستقل در این تحقیق عادات مطالعه دانش‌آموزان و متغیر وابسته پیشرفت تحصیلی است که با ملاک معدل سال قبل سنجیده شده است. جامعه پژوهش را کلیه دانش‌آموزان متوسطه مشغول به تحصیل شهرستان زیرکوه در سال تحصیلی ۹۰-۸۹ تشکیل دادند. گروه نمونه تحقیق شامل ۲۵۰ نفر از دانش‌آموزان بودند که به‌صورت نمونه‌گیری چندمرحله‌ای از بین دانش‌آموزان دختر و پسر دوره متوسطه شهرستان انتخاب شدند. با ریزش آزمودنی‌ها و حذف برخی پرسش‌نامه‌ها به دلیل ناقص بودن اطلاعات، پژوهش با نمونه ۲۲۳ نفری ادامه یافت.

ابزار سنجش «پرسش‌نامه عادات مطالعه دانش‌آموزان» و دارای ۴۵ سؤال ۳ گزینه‌ای بود که عادات مطالعه دانش‌آموزان را در ۸ حوزه زمان، وضعیت فیزیکی، توانایی خواندن، یادداشت کردن، انگیزش یادگیری، حافظه، برگزاری امتحانات و تندرستی مورد بررسی قرار داد. ضریب پایایی پرسش‌نامه از طریق آزمون -آزمون مجدد روی نمونه ۲۰۰ نفری دانشجویان پسر ارزیابی و ضریب به‌دست آمده ۰/۸۸ و برای دختران ۰/۶۷ بوده است. در این پژوهش نیز پایایی پرسش‌نامه با استفاده از آلفای کرونباخ ۰/۶۶ به دست آمد. تحقیق از نوع کاربردی بوده و هدف، بهره‌گیری از نتایج آن در سیستم آموزشی و توجه به پارامترهای مشخص تری در پیشرفت تحصیلی است.

## یافته‌ها و نتایج

نتایج آمار توصیفی در جداول شماره ۱ و ۲ آمده است. با توجه به جداول بیشترین میانگین ( $9/87 \pm 2/18$ ) مربوط به مؤلفه برگزاری امتحانات و کمترین میانگین ( $2/58 \pm 1/61$ ) مربوط به مؤلفه یادداشت کردن بود. همچنین

جدول شماره ۱. آمار توصیفی شرکت‌کنندگان در پژوهش

پایه تحصیلی	فراوانی	درصد	جنسیت	فراوانی	درصد	معدل	فراوانی	درصد	رشته تحصیلی	فراوانی	درصد
اول	۷۰	۳۱/۴	دختر	۱۵۹	۷۱/۳	۱۵-۲۰	۱۵۹	۷۹/۱	علوم انسانی	۹۳	۵۹/۲
دوم	۳۱	۱۳/۹	پسر	۶۴	۲۸/۷	۱۰-۱۵	۴۲	۲۰/۹	علوم تجربی	۵۰	۳۱/۸
سوم	۷۳	۳۲/۷							علوم ریاضی	۱۴	۸/۹
پیش‌دانشگاهی	۴۹	۲۲									
جمع کل	۲۲۳	۱۰۰		۲۲۳	۱۰۰		۲۰۱	۱۰۰		۱۵۷	۱۰۰

جدول شماره ۲. نتایج توصیفی مربوط به میانگین نمره عادات مطالعه در دانش‌آموزان مورد مطالعه

میانگین نمره عادات مطالعه کل در دانش‌آموزان مورد مطالعه  $50/04 \pm 7/85$  به دست آمد.

فرضیه اصلی تحقیق برای پیدا کردن رابطه بین عادات مطالعه و پیشرفت تحصیلی با استفاده از روش تحلیل واریانس مورد بررسی قرار گرفت که نتایج در جدول شماره ۳ آمده است. میانگین نمره مؤلفه‌های تقسیم‌بندی زمان، انگیزش یادگیری و تندرستی در دانش‌آموزان با معدل ۱۵-۲۰ نسبت به دانش‌آموزان دارای معدل ۱۰-۱۵ به طور معناداری بیشتر بود ( $p > 0/05$ )، ولی میانگین نمره کل عادات مطالعه و سایر مؤلفه‌های آن در دانش‌آموزان مورد مطالعه بر حسب معدل تفاوت معناداری نداشت ( $p < 0/05$ ).

برای بررسی سایر فرضیه‌های تحقیق یعنی تفاوت عادات مطالعه در بین دانش‌آموزان از لحاظ جنسیت، پایه و رشته تحصیلی از تحلیل واریانس استفاده شد که نتایج در جدول شماره ۴، ۵ و ۶ آمده است.

مؤلفه‌ها	حداقل	حداکثر	میانگین	انحراف استاندارد
تقسیم‌بندی زمان	۱	۱۰	۶/۲۶	۱/۷۶
وضعیت فیزیکی	۰	۱۲	۶/۲۸	۱/۹۲
توانایی خواندن	۲	۱۳	۷/۶۲	۲/۰۳
یادداشت کردن	۰	۶	۲/۵۸	۱/۶۱
انگیزش یادگیری	۳	۱۲	۸/۳۹	۱/۷۶
حافظه	۱	۸	۴/۷۸	۱/۴۱
برگزاری امتحانات	۵	۱۶	۹/۸۷	۲/۱۸
تندرستی	۰	۶	۳/۰۲	۱/۳۱
عادات مطالعه در کل	۲۵	۷۶	۵۰/۰۴	۷/۸۵

جدول شماره ۳. مقایسه میانگین نمره عادات مطالعه در دانش‌آموزان مورد مطالعه بر حسب معدل

p	df	t	۱۵-۲۰	۱۰-۱۵	معدل / مؤلفه‌ها
			میانگین $\pm$ انحراف استاندارد	میانگین $\pm$ انحراف استاندارد	
۰/۰۴	۱۹۹	۲/۰۹	۶/۳۹ $\pm$ ۱/۶۳	۵/۷۶ $\pm$ ۲/۱۰	تقسیم‌بندی زمان
۰/۹۵	۱۹۹	۰/۰۶	۶/۲۶ $\pm$ ۱/۹۸	۶/۲۹ $\pm$ ۱/۸۶	وضعیت فیزیکی
۰/۴۱	۱۹۹	۰/۸۲	۷/۵۹ $\pm$ ۲/۰۶	۷/۸۸ $\pm$ ۱/۹۴	توانایی خواندن
۰/۴۵	۱۹۹	۰/۷۵	۲/۶۶ $\pm$ ۱/۶۴	۲/۴۵ $\pm$ ۱/۴۰	یادداشت کردن
۰/۰۰۵	۱۹۹	۲/۸۶	۸/۵۶ $\pm$ ۱/۸۲	۷/۶۷ $\pm$ ۱/۷۳	انگیزش یادگیری
۰/۹۶	۱۹۹	۰/۰۵	۴/۸۰ $\pm$ ۱/۳۸	۴/۷۹ $\pm$ ۱/۴۷	حافظه
۰/۸۵	۱۹۹	۰/۱۹	۹/۹۱ $\pm$ ۲/۱۱	۹/۸۳ $\pm$ ۲/۳۵	برگزاری امتحانات
۰/۰۲	۱۹۹	۲/۴۲	۳/۱۹ $\pm$ ۱/۲۷	۲/۶۴ $\pm$ ۱/۳۹	تندرستی
۰/۱۲	۱۹۹	۱/۵۸	۵۰/۶۲ $\pm$ ۷/۵۸	۴۸/۴۵ $\pm$ ۹/۰۶	عادات مطالعه در کل



جدول شماره ۴. مقایسه میانگین نمره عادات مطالعه در دانش آموزان دختر و پسر مورد مطالعه

p	df	t	جنس		مؤلفه‌ها
			پسر	دختر	
			میانگین ± انحراف استاندارد	میانگین ± انحراف استاندارد	
۰/۰۰۶	۲۲۱	۲/۷۵	۵/۷۳ ± ۱/۷۱	۶/۴۴ ± ۱/۷۴	تقسیم‌بندی زمان
۰/۳۰	۲۲۱	۱/۰۵	۶/۴۷ ± ۱/۹۰	۶/۱۷ ± ۱/۹۴	وضعیت فیزیکی
۰/۷۳	۲۲۱	۰/۳۴	۷/۵۶ ± ۲/۰۵	۷/۶۷ ± ۲/۰۴	توانایی خواندن
۰/۱۲	۲۲۱	۱/۵۴	۲/۳۱ ± ۱/۶۵	۲/۶۷ ± ۱/۵۹	یادداشت کردن
۰/۸۰	۲۲۱	۰/۲۵	۸/۴۴ ± ۱/۹۶	۸/۳۷ ± ۱/۶۹	انگیزش یادگیری
۰/۰۷	۲۲۱	۱/۸۱	۴/۵۳ ± ۱/۲۷	۴/۹۰ ± ۱/۴۴	حافظه
۰/۶۰	۲۲۱	۰/۵۳	۹/۷۳ ± ۲/۱۹	۹/۹۱ ± ۲/۱۷	برگزاری امتحانات
۰/۲۳	۲۲۱	۱/۲۲	۲/۸۶ ± ۱/۲۴	۳/۰۹ ± ۱/۳۳	تندرستی
۰/۱۷	۲۲۱	۱/۳۷	۴۸/۸۶ ± ۹/۲۵	۵۰/۴۶ ± ۷/۲۴	عادات مطالعه در کل

میانگین نمره مؤلفه تقسیم‌بندی زمان در دانش آموزان دختر نسبت به پسر بیشتر بود و این تفاوت از نظر آماری معنی‌دار بود ( $p = ۰/۰۰۶$ )، ولی بین میانگین نمره کل عادات مطالعه و سایر مؤلفه‌های آن در دانش آموزان دختر و پسر تفاوت معناداری به دست نیامد ( $p > ۰/۰۵$ ).

میانگین نمره کل عادات مطالعه و مؤلفه‌های انگیزش یادگیری و برگزاری امتحانات در دانش آموزان پایه اول نسبت به سایر دانش آموزان بیشتر بود و نتیجه آنالیز واریانس نشان داد که بین میانگین نمره کل عادات مطالعه و مؤلفه‌های انگیزش یادگیری و برگزاری امتحانات در حداقل دو گروه از

جدول شماره ۵. مقایسه میانگین نمره عادات مطالعه در دانش آموزان مورد مطالعه بر حسب رشته تحصیلی

سطح معناداری	رشته تحصیلی					مؤلفه‌ها
	جمع کل	ریاضی فیزیک	علوم تجربی	علوم انسانی	میانگین ± انحراف استاندارد	
	میانگین ± انحراف استاندارد	میانگین ± انحراف استاندارد	میانگین ± انحراف استاندارد	میانگین ± انحراف استاندارد	میانگین ± انحراف استاندارد	
۰/۷۳	۶/۱۵ ± ۱/۸۳	۶/۵۰ ± ۱/۶۱	۶/۱۸ ± ۱/۷۸	۶/۰۹ ± ۱/۸۹	۶/۰۹ ± ۱/۸۹	تقسیم‌بندی زمان
۰/۳۶	۶/۱۷ ± ۱/۹۷	۵/۹۳ ± ۱/۷۳	۶/۵۰ ± ۱/۹۳	۶/۰۳ ± ۲/۰۱	۶/۰۳ ± ۲/۰۱	وضعیت فیزیکی
۰/۴۹	۷/۵۰ ± ۲/۰۵	۷/۰۰ ± ۲/۱۵	۷/۷۲ ± ۲/۲۹	۷/۴۵ ± ۱/۹۱	۷/۴۵ ± ۱/۹۱	توانایی خواندن
۰/۰۲	۲/۵۵ ± ۱/۶۵	۲/۲۹ ± ۱/۵۹	۳/۰۸ ± ۱/۵۲	۲/۳۰ ± ۱/۶۷	۲/۳۰ ± ۱/۶۷	یادداشت کردن
۰/۵۰	۸/۱۱ ± ۱/۸۲	۸/۴۳ ± ۱/۶۰	۷/۸۸ ± ۱/۸۰	۸/۱۹ ± ۱/۸۷	۸/۱۹ ± ۱/۸۷	انگیزش یادگیری
۰/۷۵	۴/۶۹ ± ۱/۴۷	۴/۴۲ ± ۱/۰۹	۴/۶۶ ± ۱/۵۲	۴/۷۴ ± ۱/۵۰	۴/۷۴ ± ۱/۵۰	حافظه
۰/۷۵	۹/۶۶ ± ۲/۱۳	۹/۹۳ ± ۱/۹۰	۹/۷۸ ± ۲/۱۳	۹/۵۶ ± ۲/۱۷	۹/۵۶ ± ۲/۱۷	برگزاری امتحانات
۰/۰۲	۲/۹۲ ± ۱/۳۰	۲/۷۹ ± ۱/۴۸	۳/۳۶ ± ۱/۳۷	۲/۷۱ ± ۱/۱۸	۲/۷۱ ± ۱/۱۸	تندرستی
۰/۳۶	۴۸/۹۰ ± ۷/۸۴	۴۸/۲۹ ± ۷/۵۱	۵۰/۲۲ ± ۷/۲۸	۴۸/۲۹ ± ۸/۱۷	۴۸/۲۹ ± ۸/۱۷	عادات مطالعه در کل

نتیجه آنالیز واریانس نشان داد که بین میانگین نمره مؤلفه‌های یادداشت کردن و تندرستی در حداقل دو گروه از گروه‌های مذکور تفاوت معنی‌داری وجود دارد ( $p > ۰/۰۵$ ).

نتیجه آزمون تعقیب رنج توکی نشان داد که میانگین نمره یادداشت کردن و تندرستی در دانش آموزان رشته علوم تجربی نسبت به دانش آموزان رشته علوم انسانی به طور معناداری بیشتر است.

گروه‌های مذکور تفاوت معناداری وجود دارد ( $p > ۰/۰۵$ ).

نتیجه آزمون تعقیب رنج توکی نشان داد که میانگین نمره یادداشت کردن و تندرستی در دانش آموزان رشته علوم تجربی نسبت به دانش آموزان رشته علوم انسانی به طور معناداری بیشتر است.

جدول شماره ۶. مقایسه میانگین نمره عادات مطالعه در دانش‌آموزان مورد مطالعه بر حسب پایه تحصیلی

سطح معناداری	پایه‌تحصیل مؤلفه‌ها					
	جمع‌کل میانگین±انحراف استاندارد	پیش‌دانشگاهی میانگین± انحراف استاندارد	سوم میانگین± انحراف استاندارد	دوم میانگین±انحراف استاندارد	اول میانگین±انحراف استاندارد	پایه‌تحصیل مؤلفه‌ها
۰/۲۲	۶/۲۶±۱/۷۵	۶/۳۳±۱/۹۱	۵/۹۲±۱/۸۱	۶/۵۵±۱/۶۷	۶/۴۴±۱/۵۸	تقسیم‌بندی‌زمان
۰/۳۹	۶/۲۵±۱/۹۲	۶/۰۴±۲/۰۲	۶/۰۵±۲/۰۵	۶/۴۲±۱/۶۷	۶/۵۳±۱/۸۲	وضعیت‌فیزیکی
۰/۱۷	۷/۶۳±۲/۰۴	۷/۵۷±۱/۹۱	۷/۲۶±۲/۱۷	۷/۷۱±۱/۸۵	۸/۰۱±۲/۰۴	توانایی‌خواندن
۰/۲۰	۲/۵۸±۱/۶۱	۲/۶۷±۱/۵۳	۲/۲۶±۱/۵۵	۲/۸۷±۱/۹۴	۲/۷۳±۱/۵۶	یادداشت‌کردن
<۰/۰۰۱	۸/۴۱±۱/۷۷	۷/۷۳±۱/۸۸	۸/۱۰±۱/۹۱	۸/۷۴±۱/۳۹	۹/۰۶±۱/۴۲	انگیزش‌یادگیری
۰/۲۵	۴/۸۰±۱/۴۰	۴/۶۷±۱/۵۹	۴/۶۰±۱/۳۲	۵/۰۳±۱/۵۶	۵/۰۰±۱/۲۵	حافظه
۰/۰۲	۹/۸۷±۲/۱۷	۱۰/۰۶±۱/۸۸	۹/۲۶±۲/۳۷	۹/۸۴±۱/۷۵	۱۰/۳۷±۲/۲۰	برگزاری‌امتحانات
۰/۱۳	۳/۰۳±۱/۳۱	۲/۹۴±۱/۳۰	۲/۷۸±۱/۳۳	۳/۲۳±۱/۲۸	۳/۲۶±۱/۲۸	تندرستی
<۰/۰۰۱	۵۰/۰۵±۷/۸۸	۴۹/۰۲±۷/۲۳	۴۷/۳۷±۸/۱۰	۵۱/۷۷±۷/۶۴	۵۲/۸۱±۷/۲۴	عادات مطالعه در کل

## بحث و نتیجه‌گیری

در این پژوهش رابطه بین عادات مطالعه و پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان دوره متوسطه مورد بررسی قرار گرفت. نتایج نشان داد دانش‌آموزانی که پیشرفت تحصیلی بالایی دارند، در مؤلفه‌های تقسیم‌بندی‌زمان، انگیزش‌یادگیری و تندرستی تفاوت معناداری را با سایر دانش‌آموزان نشان می‌دهند. همچنین در مؤلفه تقسیم‌بندی‌زمان، میانگین نمره در دانش‌آموزان دختر تفاوت معناداری را نسبت به پسران نشان می‌دهد، اما در سایر مؤلفه‌ها تفاوتی بین این دو گروه مشاهده نشد. همچنین نمره عادات مطالعه دانش‌آموزان سال اول در مؤلفه‌های انگیزش‌یادگیری و برگزاری‌امتحانات، تفاوت معناداری نسبت به دانش‌آموزان پایه سوم و پیش‌دانشگاهی نشان داد. گسترش مؤلفه‌های مطرح شده در عادات مطالعه می‌تواند افزایش یادگیری و در نتیجه افزایش در پیشرفت تحصیلی را سبب گردد (علی‌بخشی و زارع، ۱۳۸۹).

نبوی و عسکریان (۱۳۸۳) در تحقیقی نشان دادند که همبستگی مثبتی بین معدل و شیوه‌های مطالعه دانشجویان وجود دارد و این شیوه‌ها و راهبردهای متنوع که شخص به منظور یادگیری در پیش می‌گیرد، از عوامل مؤثر بر یادگیری به‌شمار می‌روند. همچنین نتایج تحقیق فریدونی‌مقدم و چراغیان (۱۳۸۸) نشان داد که بین میانگین نمره‌های عادات مطالعه افراد و عملکرد تحصیلی آن‌ها ارتباط مثبت، ضعیف و معناداری وجود داشت. یافته‌های پژوهش حاضر نیز نشان

می‌دهد که عادات مطالعه صحیح با پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان رابطه مثبت دارد.

از سوی دیگر رایبیز و مارتوس (۱۹۹۶) در پژوهشی نشان دادند که بین شیوه‌های یادگیری دختران و پسران تفاوت معناداری وجود دارد. تحقیق دایلمن و همکاران (۲۰۰۹) نیز تفاوت معناداری را بین امتیاز مهارت‌های مطالعه دانش‌آموزان دختر و پسر نشان داده است. نتایج پژوهش حاضر نیز در مؤلفه تقسیم‌بندی‌زمان، تفاوت معناداری را به نفع دختران نشان می‌دهد. تحقیق بابانژاد (۱۳۷۵)؛ نبوی و عسکریان، (۱۳۸۳) به بررسی و مقایسه شیوه مطالعه و یادگیری و اثر آن بر پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان پرداخت که نتایج نشان داد بین معدل و شیوه مطالعه همبستگی مثبت وجود دارد و دختران در مقایسه با پسران از شیوه‌های مطلوب‌تری بهره می‌گیرند. از طرفی در تحقیق حاضر مشخص شد که بین نمره عادات مطالعه





دانش‌آموزان سال اول با دانش‌آموزان سال سوم و دوره پیش‌دانشگاهی تفاوت معناداری وجود دارد و میانگین نمره دانش‌آموزان سال اول در کل و در مؤلفه‌های انگیزش یادگیری و برگزاری امتحانات نسبت به دو پایه دیگر بیشتر است. در اینجا باید دقت شود که شاید عملکرد مدرسه عاملی در کاهش انگیزه دانش‌آموزان و عدم استفاده آنان از راهبردهای مطالعه صحیح در سال‌های پایانی تحصیل باشد. در مورد تفاوت مهارت‌های مطالعه براساس رشته تحصیلی، تنها در دو مؤلفه یادداشت کردن و تندرستی، تفاوت بین گروه علوم تجربی و گروه علوم انسانی دیده شد و به نظر می‌رسد نوع رشته تحصیلی تأثیری بر سبک مطالعه و راهبردهای مورد استفاده توسط دانش‌آموزان نداشته باشد.

منظم و کاربست درست مهارت‌های مطالعه در دستیابی دانش‌آموزان به نیازهای آموزشی نقش مؤثری را ایفا می‌کند، و از سوی دیگر با توجه به اینکه سهم آموزش در سید هزینه‌های خانوار قابل تأمل است، بایستی تلاش کرد تا با آموزش راهبردها و سبک‌های صحیح مطالعه به دانش‌آموزان، نتیجه رضایت‌بخشی از دوران آموزش برای آنان و خانواده‌ها فراهم کرد. لذا یافته‌های این پژوهش کاربردی می‌تواند اولیای مدرسه و دست‌اندرکاران امر آموزش را در پیشبرد اهداف آموزشی یاری دهد.

از آنجا که در حال حاضر بخش عمده‌ای از افت تحصیلی دانش‌آموزان به دلیل عدم آشنایی آنان با روش‌های صحیح مطالعه است و داشتن یک برنامه درسی



#### منابع

۱. حیدری، عباس و کوشان، محسن. (۱۳۸۵). بررسی عادت‌های مطالعه در دانشجویان دانشکده علوم پزشکی سبزوار. مجله دانشکده علوم پزشکی و خدمات بهداشتی - درمانی سبزوار، ۴، ۱۸۹-۱۸۵.
۲. سیف، علی اکبر. (۱۳۸۲). روان‌شناسی پرورشی. تهران: انتشارات آگاه.
۳. علی‌بخشی، سیده‌زهرا و زارع، حسین. (۱۳۸۹). اثربخشی آموزش خودتنظیمی یادگیری و مهارت‌های مطالعه بر پیشرفت تحصیلی دانشجویان. ۳(۱۵)، ص. ۸۰-۶۹.
۴. فریدونی‌مقدم، مالک و چراغیان، بهمن. (۱۳۸۸). عادت‌های مطالعه و ارتباط آن با عملکرد تحصیلی در دانشجویان دانشکده پرستاری آبادان. گام‌های توسعه در آموزش پزشکی (۱)، ۲۸-۲۱.
۵. نسوی، سیدجمال‌الدین و عسکریان، مهناز. (۱۳۸۲). عوامل مؤثر بر یادگیری در بین دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحد پزشکی تهران. مجله علوم پزشکی دانشگاه آزاد اسلامی (۱)، ۵۰-۴۱.
6. developing effective study Habits. (2002) Mayland community college S.O.A.R.
7. Mucahit, D., Sukru, A & Bind, A. (2009) An Evaluation on Study Skills on High School Students. 970-966.
8. Riaz, A., Kiran, A & Malik, H. (2002) Relationship of study Habits with Educational Achievement. *International Journal of Agriculture & Biology*. 371-370,3.
9. Sirohi, V. (2004) A study of underachievement in relation to study habits and attitudes.