مقاله تحقیقاتی

بررسی همبستگی بین مهارت‌های مدیریت زمان با پیشرفت تحصیلی دانشجویان کارشناسی اتاق عمل و هوشبری دانشگاه آزاد اسلامی واحد مشهد

محمدرضا آهنچیان[1]، *سید ناصر لطفی فاطمی[2]

چکیده

مقدمه: مدیریت زمان یکی از مهم‌ترین مهارت‌ها در فعالیت‌های یادگیری است. هدف این مطالعه بررسی ارتباط بین مهارت‌های مدیریت زمان و پیشرفت تحصیلی در دانشجویان هوشبری و اتاق عمل است.

مواد و روش‌ها: این یک مطالعه توصیفی است که بر روی ۱۸۷ نفر از دانشجویان رشته‌های اتاق عمل و هوشبری دانشگاه آزاد اسلامی مشهد در سال ۱۳۹۳-۱۳۹۲ انجام شد. واحدهای مورد پژوهش به روش تصادفی خوشه‌ای انتخاب گردیدند. تمام دانشجویان پرسشنامه مدیریت زمان شامل ۶۶ سؤال را تکمیل نمودند. سپس ارتباط بین مهارت‌های مدیریت زمان و میانگین تحصیلی دانشجویان بررسی گردید. داده‌های پژوهش با استفاده از آمار توصیفی، ضریب همبستگی پیرسون و آزمون تی مستقل و با نرم‌افزار آماری spss نسخه ۱۶ تحلیل شدند.

یافته‌ها: تحلیل داده‌ها نشان می‌دهد که رابطه معناداری بین مهارت‌های مدیریت زمان و پیشرفت تحصیلی دانشجویان وجود ندارد ($p=۰/۵۲۸$). همچنین آزمون تی مستقل تفاوت معناداری بین میانگین نمره مدیریت زمان در بین دو گروه دانشجویان دختر و پسر نشان نداد ($p=۰/۲۴۵$).

بحث و نتیجه‌گیری: با وجود آنکه در این مطالعه پیشرفت تحصیلی دانشجویان تحت تأثیر مهارت‌های مدیریت زمان قرار نگرفته است، اما برگزاری کارگاه‌های آموزشی مدیریت زمان برای ارتقاء دانشجویان توصیه می‌گردد. زیرا مهارت‌های مدیریت زمان در عملکرد تحصیلی بسیار مهم است.

کلمات کلیدی: اتاق عمل، پیشرفت تحصیلی، مدیریت زمان، هوشبری.

مجله علوم مراقبتی نظامی ■ سال دوم ■ شماره ۲ ■ تابستان ۱۳۹۴ ■ شماره مسلسل ۴ ■ صفحات ۹۶-۱۰۳

مقدمه

ضرورت و اهمیت زمان یکی از ساختارهای مهم در روانشناسی سازمانی است (۱). بی‌تردید زمان با ارزش‌ترین منبعی است که در اختیار انسان قرار دارد، زیرا منابع دیگر به‌شرط وجود زمان ارزش پیدا می‌کنند (۲). با توجه به آنکه زمان یک منبع محدود به شمار می‌آید لزوم مدیریت آن به‌خصوص در محیط‌های آموزشی و برای دانشجویان از اهمیت بالایی برخوردار است (۳).

مدیریت زمان در اواخر دهه ۱۹۵۰ توسط ماکان (macan) به‌عنوان شیوه‌ای برای مقابله با استرس ناشی از جنبه‌های مختلف زمان در محیط کار معرفی شد. این روش شامل فنونی برای تعیین اهداف کوتاه مدت، چگونگی تبدیل این اهداف به وظایف و فعالیت‌ها برای اجرای سریع‌تر آن‌ها، چگونگی برنامه‌ریزی و الویت بندی کارهای روزانه و چگونگی جلوگیری از وقفه کاری به‌منظور پیشگیری از محدودیت در انجام وظایف می‌باشد (۴-۷). مدیریت زمان، کنترل کردن هر ثانیه از زمان نیست، بلکه شامل روش‌هایی است که مردم از طریق آن‌ها، زمان را برای بهبود زندگی خود بکار می‌برند (۸، ۹). به عبارتی در مدیریت زمان نیازها و خواسته‌ها، بر اساس اولویت و اختصاص زمان و منابع موردنیاز به آن‌ها طبقه‌بندی می‌شود (۱۰).

۱ـ دکترای تخصصی مدیریت آموزشی، ایران، مشهد، دانشیار، دانشگاه فردوسی مشهد، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی
۲ـ دانشجوی دکترای پرستاری، ایران، مشهد، دانشگاه علوم پزشکی مشهد، دانشکده پرستاری و مامایی (*نویسنده مسئول)
آدرس الکترونیک: lotfifn1@mums.ac.ir

[Downloaded from mcs.ajaums.ac.ir on 2026-11-26]

[DOI: 10.18869/acadpub.mcs.2.2.96]

علاوه بر جنبه‌های رفتاری فوق، تسر (tesser) و هم ماکان مطرح می‌کنند که مدیریت زمان شامل برداشت و نگرش فرد نسبت به زمان، یعنی «درک کنترل زمان» و «نگرش به زمان» است (۷). با انجام مدیریت زمان، آگاهی افراد از زمان در دسترس افزایش می‌یابد. با برنامه‌ریزی و پایش زمان پیامدهای واقع بینانه‌تری حاصل می‌گردد و وظایف به‌صورت مؤثرتری انجام می‌گیرند و حداکثر بهره‌وری هوشمندانه از کار به دست می‌آید (۱۱, ۱۲).

برنامه تحصیلی نیز یکی از امور زندگی است که اغلب پر از تکالیف و اهدافی است که دانشجویان در تخصیص زمان به آن‌ها، دچار مشکل می‌شوند. برای مثال استادان، برنامه‌های مطالعاتی، سخنرانی، تکالیف و پروژه‌های تحقیقاتی بسیاری تعیین می‌کنند و پیشرفت تحصیلی نیز وابسته به توانایی دانشجویان در مدیریت زمان و انجام درست تکالیف است. لذا مدیریت زمان برای دانشجویان عامل مهمی برای موفقیت محسوب می‌گردد. عدم مهارت‌های مدیریت زمان و فقدان نگرش مناسب در این رابطه و عملکرد ضعیف مراکز علمی، بهره‌وری پائین و سطح بالای استرس را به همراه خواهد داشت (۱۳). مدیریت زمان به‌عنوان روشی جهت پایش و کنترل وقت با ارتقاء بخشی به سطح بصیرت فراگیران در مورد نحوه استفاده از زمان از ضروری‌ترین مؤلفه‌های تأثیرگذار بر پیشرفت تحصیلی به شمار می‌رود. چنان‌که برنامه‌ریزی و اختصاص زمان منجر به درک بیشتر افراد از زمان در دسترس شده تا به این ترتیب بتوانند به‌صورت هدفمند و ساختاریافته از زمان خود استفاده نمایند. پژوهشگران در تعریف مفهوم مدیریت زمان، آن را به‌عنوان اولویت‌بندی و برنامه‌ریزی کارها، توانایی نه گفتن، محدود کردن وقفه‌ها، سرمایه‌گذاری مطلوب زمان و کنترل بهینه زمان توسط فرد مطرح کرده‌اند. همچنین مدیریت زمان را انضباط شخصی، هدف‌گذاری، کنترل وقفه‌ها، استفاده مؤثر از منابع و راهی جهت رسیدن به اهداف شخصی (۱۴) و استفاده بهینه از وقت برای زندگی راحت‌تر و آسوده‌تر، بکارگیری شیوه‌های علمی و مؤثر، صرفه‌جویی در وقت و تنظیم آن جهت دستیابی به اهداف دانسته‌اند (۱۵).

مدیریت زمان یکی از مهم‌ترین مهارت‌های تحصیلی دانشجویان برای رسیدن به موفقیت‌های علمی است (۱۶). اهمیت مدیریت زمان در پیشرفت تحصیلی تا حدی است که پژوهشگران استفاده دانشجویان از زمان را تفاوت و تمایز مهم میان آن‌ها مطرح نموده و معتقدند که این تفاوت می‌تواند یکی از ویژگی‌های دانشجوی موفق و تمایز او با دانشجوی ناموفق باشد (۱۷). لذا، این فرض وجود دارد که دانشجویانی موفق هستند که بتوانند از حداقل زمان، حداکثر استفاده را ببرند و در غیر این صورت دچار مشکل خواهند شد. پژوهش‌های انجام شده نقش مدیریت زمان در پیشرفت تحصیلی را به‌عنوان یک عاملی اصلی مطرح کرده‌اند. ماکان اعتقاد دارد که کنترل بیشتر دانشجویان روی زمان، سبب ارتقاء عملکرد تحصیلی و افزایش رضایت زندگی آنان می‌شود (۱۸). نتایج مطالعه هارتلی (Hartley) و ترومن (Trueman) نشان داد که بین مدیریت زمان و پیشرفت تحصیلی همبستگی معناداری وجود دارد همچنین بر این باورند که دانشجویان دارای مهارت‌های مدیریت زمان، تمایل بیشتری به موفقیت داشته و پیشرفت بیشتری در درس‌هایشان دارند (۱۹). به نظر می‌رسد که نقش مدیریت زمان در ارتقاء یادگیری، تنها در حیطه سازوکار کنترل زمان محدود نمی‌شود چراکه در مطالعات متعددی اثربخشی مثبت آن بر سلامت و به‌ویژه سلامت روان‌شناختی به‌عنوان یک راهکار تطابقی نیز مورد تأیید قرار گرفته است (۲۰). به‌طوری که استرس ناشی از بی‌نظمی‌های کاری و استرس‌های ناشی از بی برنامگی‌ها فکر و ذهن و روان دانشجویان را فرسوده می‌سازد (۲۱).

بریتون (Britton) و گلن (Glynn) در پژوهش خود به بررسی رابطه بین پیشرفت تحصیلی و مدیریت زمان پرداختند. نتایج این پژوهش نشان داد که افراد با انتخاب اهداف تحصیلی، زمان‌بندی و عمل کردن در یک چارچوب زمانی مشخص و نگرش زمانی خاص می‌توانند به پیشرفت تحصیلی بالایی دست یابند.تری (terry) در پژوهش خود نشان داد که ارتباط مثبتی بین مدیریت زمان، خود نظم دهی و خود اثربخشی وجود دارد (۲۲). همچنین پژوهش‌های استوارت (Stwart) و لمباد (Lombad)، سیبرت (Seibret) و جتینگر (Getinger)، گارسیا (Garcia) و پرز (Perez)، ماکان، هال (Hall)، کینگ (king) تائید کرده‌اند که رابطه آماری معناداری بین مهارت‌های مدیریت زمان و موفقیت تحصیلی دانش‌آموزان وجود دارد (۲۳, ۲۴). بریتون و تسر نیز در پژوهش‌های خود نشان دادند که مدیریت زمان‌بر خود اثربخشی و پیشرفت تحصیلی دانشجویان مؤثر است (۲۵). کبریایی و همکاران در مطالعه‌ای به

[Downloaded from mcs.ajaums.ac.ir on 2026-11-26]

[DOI: 10.18869/acadpub.mcs.2.2.96]

این نتیجه رسیدند که دانشجویان علوم پزشکی از نظر مهارت‌های فردی مدیریت زمان در حد متوسط به پائین هستند (۲۶).
با توجه به این نکته که در نظام آموزشی کشور ما همچنان بر موفقیت تحصیلی تأکید می‌گردد، به نظر می‌رسد که هنوز فضای زیادی برای مطالعه در عوامل مؤثر بر روی این موضوع وجود دارد. یکی از گروه‌هایی که تاکنون مهارت‌های مدیریت زمان در آن‌ها مورد بررسی قرار نگرفته است، دانشجویان رشته‌های هوشبری و اتاق عمل هستند. با توجه به اهمیت بالای مدیریت زمان در موفقیت تحصیلی و شغلی دانشجویان گروه‌های فوق، مطالعه حاضر سعی دارد به اهمیت این مهارت‌ها در پیشرفت تحصیلی این گروه خاص از دانشجویان علوم پزشکی بپردازد. لذا، مطالعه حاضر به‌منظور بررسی تأثیر مهارت‌های مدیریت زمان در موفقیت تحصیلی و نیز رابطه متغیرهای دیگر مانند سن، جنس و ترم‌های تحصیلی با مدیریت زمان توسط دانشجویان هوشبری و اتاق عمل انجام گرفت.

مواد و روش‌ها

این پژوهش یک مطالعه از نوع توصیفی می‌باشد، که بر روی ۱۸۷ نفر از دانشجویان کارشناسی رشته‌های اتاق عمل و هوشبری دانشکده پیراپزشکی دانشگاه آزاد واحد مشهد در سال ۱۳۹۲-۱۳۹۳ انجام گرفت. نمونه‌گیری به‌صورت تصادفی خوشه‌ای انجام شد. ابزار پژوهش پرسشنامه محقق ساخته مدیریت زمان، شامل ۶۶ گویه، شامل ۷ بعد مفهوم زمان، هدف‌گذاری، اولویت‌بندی اهداف، برنامه‌ریزی، تفویض اختیار، مدیریت ارتباطات و مدیریت جلسات و قرار ملاقات بود. پرسشنامه مذکور با توجه به مقیاس رفتار مدیریت زمان ماکان و همکاران، بریتون و تسر و پرسشنامه مدیریت زمان TMQ بارلینگ (Barling)، کلوی (Kelloway) و چونگ (Cheung) ساخته شد. برای تعیین اعتبار علمی پرسشنامه از روش اعتبار محتوی استفاده شد به این صورت که پرسشنامه در اختیار ۱۴ نفر از متخصصان قرار گرفت. پس از اصلاحات لازم و بازنویسی به‌صورت آزمایشی بر روی ۳۲ دانشجو اجرا گردید. ضریب آلفای کرونباخ ۰/۸۴ محاسبه گردید. در پرسشنامه مذکور، هر سؤال بر روی یک طیف ۵ درجه‌ای لیکرت تنظیم شده است. نمره‌گذاری از ۵ به ۱ (کاملاً موافقم ۵ و کاملاً مخالفم ۱) و در بعضی سؤالات با محتوای منفی یا معکوس از یک به پنج (کاملاً موافقم ۱ و کاملاً مخالفم ۵) می‌باشد. جهت معیار موفقیت تحصیلی از ملاک معدل ترمی دانشجویان استفاده گردید. داده‌ها با استفاده از آزمونه‌ای آمار توصیفی، تی مستقل، آزمون همبستگی پیرسون و تحلیل واریانس بین گروهی و با نرم‌افزار SPSS نسخه ۱۶ مورد تجزیه‌وتحلیل قرار گرفتند.

یافته‌ها

تعداد ۱۸۷ دانشجو شامل ۱۳۱ دختر و ۵۶ پسر واحدهای مورد پژوهش را تشکیل دادند. سن دانشجویان حداقل ۱۸ و حداکثر ۲۸ با میانگین ۲/۱ ± ۲۱/۴ سال بود. ۴۴/۴ درصد از دانشجویان بومی و ۵۵/۶ درصد غیربومی بودند. جدول ۱ فراوانی شاخص‌های توصیفی واحدهای مورد پژوهش را نشان می‌دهد.
جدول ۲ میانگین امتیاز متغیرهای مورد پژوهش و ضریب همبستگی بین آن‌ها را نشان می‌دهد. در مجموع در تمامی ابعاد مهارت‌های مدیریت زمان، دانشجویان امتیازات متوسط به بالا را نشان دادند. بیشترین امتیاز مربوط به بعد برنامه‌ریزی با میانگین ۳/۵ از ۵ و کمترین امتیاز مربوط به بعد مدیریت ارتباطات با میانگین ۳ از ۵ بود. میانگین معدل تحصیلی به‌طور معناداری در گروه دختران بیشتر از پسران بود (۱/۳±۱۵/۵ در مقابل ۱/۳±۱۶/۵). در مجموع دانشجویان دختر امتیاز بالاتری را

جدول ۱- شاخص‌های توصیفی واحدهای مورد پژوهش

		فراوانی	درصد
جنسیت	دختر	۱۳۱	٪۷۰/۱
	پسر	۵۶	٪۲۹/۹
وضعیت تأهل	متأهل	۳۶	٪۱۹/۳
	مجرد	۱۵۱	٪۸۰/۷
وضعیت اشتغال	شاغل	۴۲	٪۲۲/۵
	غیرشاغل	۱۴۵	٪۷۷/۵
وضعیت سکونت	با خانواده	۹۷	٪۵۱/۹
	خوابگاه دانشجویی	۶۱	٪۳۲/۶
	خانه اجاره‌ای	۲۹	۱۵٪/۵
وضعیت بومی بودن	بومی	۸۳	٪۴۴/۴
	غیربومی	۱۰۴	٪۵۵/۶

[Downloaded from mcs.ajaums.ac.ir on 2026-11-26]
[DOI: 10.18869/acadpub.mcs.2.2.96]

جدول ۲ - ماتریس همبستگی بین متغیرهای پژوهش

	میانگین (انحراف معیار)	مدیریت زمان	هدف گذاری	اولویت بندی	برنامه‌ریزی	تفویض اختیار	ارتباطات	مدیریت جلسات	مفهوم زمان	موفقیت تحصیلی
مدیریت زمان	۳/۲±۰/۳۷	۱								
هدف‌گذاری	۳/۴±۰/۴۷	۰/۲۷۱**	۱							
اولویت‌بندی	۳/۲±۰/۳۴	۰/۲۸۵**	۰/۵۶**	۱						
برنامه‌ریزی	۳/۵±۰/۴	۰/۴۹۲**	۰/۵۰۱**	۰/۶۱۷**	۱					
تفویض اختیار	۳/۴±۰/۵	۰/۰۰۲	۰/۱۲۲	۰/۲	۰/۰۸۲	۱				
ارتباطات	۳±۰/۴۴	۰/۳۰۵**	۰/۱۲۳	۰/۸۶	۰/۱۹**	-۰/۰۵۱	۱			
مدیریت جلسات	۳/۱±۰/۵۴	۰/۱۲۲	۰/۱۴	۰/۱۵۷*	۰/۱۰۲	۰/۰۵۳	۰/۳۴۱**	۱		
مفهوم زمان	۳/۳±۰/۲۶	۰/۶۹۹**	۰/۶۳۲**	۰/۶۴**	۰/۸۳۴**	۰/۲۱۱**	۰/۵**	۰/۳۵۷**	۱	
معدل تحصیلی	۱۶/۲±۱/۴	۰/۴۶	-۰/۱۴۳	۰/۰۵	۰/۰۷	۰/۱۶	۰/۱۲	-۰/۰۸۲	۰/۱۲	۱
سن	۲۱/۴±۲/۱	۰/۲۴	۰/۶۳	۰/۰۵۷	۰/۰۲۲	۰/۱۷۳*	۰/۰۱۸	۰/۰۸۲	۰/۰۶۹	۰/۱۱۵

نسبت به پسران اخذ نمودند، ولی نمرات اخذ شده در ابعاد مختلف مدیریت زمان تفاوت معناداری بین دو گروه دانشجویان دختر و پسر نشان نداد (p=۰/۲۴۵). امتیاز مهارت‌های مختلف مدیریت زمان از نظر وضعیت تأهل، اشتغال و بومی بودن دانشجویان تفاوت معناداری با یکدیگر نشان ندادند. همچنین آزمون آنالیز واریانس تفاوت آماری معنی‌داری را بین نمره مدیریت زمان در ترم‌های مختلف تحصیلی نشان نداد (p= ۰/۱۶۶)؛ اما سن دانشجویان با مهارت تفویض اختیار همبستگی مثبت و معناداری را نشان داد (p=۰/۰۰۰) مقایسه مفهوم زمان با تمامی مهارت‌های مدیریت زمان ارتباط مثبت و معناداری را نشان می‌دهد. در نهایت، در این مطالعه معدل تحصیلی دانشجویان هیچ ارتباط معنی‌داری را با ابعاد مختلف مهارت‌های مدیریت زمان نشان نداد (p=۰/۵۲۸).

بحث و نتیجه‌گیری

تحلیل داده‌های پژوهش حاضر بیانگر این بود که دانشجویان هوشبری و اتاق عمل از مهارت‌های مدیریت زمان نسبتاً خوبی برخوردار هستند. این یافته با نتایج پژوهش کبریایی همخوانی ندارد. شاید علت برخورداری از سطح مناسب مهارت‌های مدیریت زمان در این گروه از دانشجویان ویژگی خاص حرفه‌ای آنان باشد که از دوران تحصیل آن‌ها را برای رویارویی با موقعیت‌های اضطراری آماده می‌کند. در مفهوم فوریت‌های اورژانسی که این حرفه به کرات با آن روبرو هستند، مفهوم زمان از اهمیت زیادی برخوردار است. اصولاً در پس‌زمینه اورژانس مفهوم « زمان» نهفته است. از این رو دانشجویان اتاق عمل و هوشبری در آموزش‌های حرفه‌ای خود مفهوم موقعیت بحرانی را به‌خوبی درک کرده‌اند. برین معتقد است که کلید موفقیت در مدیریت زمان درک و فهم موقعیت بحرانی است (۲۷). این یافته با نتایج پژوهش ساکتی و طاهری قابل توجیه است آن‌ها در پژوهش خود دریافتند که دانشجویان گروه علوم پزشکی از مدیریت زمان بالاتری نسبت به دانشجویان غیرپزشکی برخوردارند (۲۸). همچنین دانشجویان ساکن خوابگاه، بومی و دانشجویان دارای خانه اجاره‌ای از نظر مهارت‌های مدیریت زمان تفاوت معناداری با یکدیگر نداشتند که این یافته بر خلاف نتایج پژوهش الحانی و همکاران است که در آن دانشجویان خوابگاه نمرات مدیریت زمان کمتری نسبت به دیگران اخذ کرده بودند (۲۹).

از دیگر نتایج پژوهش حاضر همبستگی مثبت و معنی‌دار سن دانشجویان با تفویض اختیار بود. به این معنا که هرچه سن دانشجویان بالاتر باشد، قدرت تفویض اختیار آنان نیز بالاتر است. یعنی کنش وری سازمان‌یافته و راهبردی آنان با بالا رفتن سن افزایش می‌یابد. این ویژگی منجر به بسترسازی مناسب جهت مدیریت زمان بهتر توسط دانشجویان مسن‌تر می‌شود. از طرفی مدیریت زمان در دانشجویان ترم‌های مختلف تفاوت معنی‌داری با یکدیگر نداشتند. یعنی گذراندن واحدهای درسی بیشتر در میزان

[Downloaded from mcs.ajaums.ac.ir on 2026-11-26]

[DOI: 10.18869/acadpub.mcs.2.2.96]

مدیریت زمان افراد تأثیری نداشت.

یافته دیگر پژوهش حاضر عدم وجود تفاوت معنادار مهارت‌های مدیریت زمان بین دانشجویان دختر و پسر علی‌رغم کسب امتیاز بالاتر در دختران بود. مقایسه میانگین دو گروه بر اساس آزمون تی- مستقل نشان داد که تفاوت معنی‌داری بین مدیریت زمان در دانشجویان دختر و پسر دیده نمی‌شود. در این خصوص در تحقیقات مختلف یافته‌های ضد و نقیض به دست آمده است. از جمله در پژوهش ماکان و همکارانش مشخص شد که زنان مدیریت زمان خوبی دارند. مکین (McKean) و میسرا (Misra) نیز به همین نتایج دست یافتند. در پژوهش الحانی و همکاران نیز دختران نمره مدیریت زمان بالاتری را نسبت به پسران کسب کردند (۲۹). این پژوهشگران دلیل بالا بودن نمرات مدیریت زمان در زنان را اضطراب بالاتر آن‌ها نسبت به مردان می‌دانند. این در حالی است که کئوگینگ (Guoqing) و یانگ‌سن (Yongxin) معتقدند که مدیریت زمان اثربخش در مردان بالاتر از زنان است. نتایج مطالعه الاس (Ellas) و پوفو (Pofu) نیز نشان داد که نمرات مدیریت زمان زنان نسبت به مردان کمتر می‌باشد. مطالعات واکر (walker) و پارک هورست (parkhurst) و شیخ نظامی نقش جنسیت را در مدیریت زمان بی‌اثر می‌دانند که با نتایج مطالعه حاضر همخوانی دارد. در مقابل نتایج مطالعات کرمی مقدم، که در محیط‌های سازمانی انجام شده است، تفاوت مدیریت زمان بین زن و مرد را نشان می‌دهد. لذا با توجه به مطالعات قبلی و مطالعه حاضر می‌توان نتیجه گرفت که مدیریت زمان یک ویژگی اکتسابی است و ارتباطی به جنسیت افراد ندارد (۳۰).

یافته مهم این پژوهش عدم وجود همبستگی مثبت معنادار بین پیشرفت تحصیلی و مهارت‌های مدیریت زمان بود. این نتیجه اگرچه با یافته‌های سایر مطالعات همخوانی ندارد، اما باید به آن توجه نمود. شاید علت این نتیجه عدم تفاوت معنی‌دار بین معدل دانشجویان باشد که در حال حاضر تنها شاخص ارزیابی عملکرد تحصیلی است. چراکه معدل اکثر دانشجویان در محدوده نسبتاً خوبی قرار دارد (۱/۴±۱۶/۲) و دانشجویان با صرف زمان کم و بدون توجه به مدیریت زمان قادر به کسب نمرات مطلوب هستند. از بین حیطه‌های مختلف مدیریت زمان، دانشجویان در حیطه برنامه‌ریزی، عملکرد بهتری داشتند. در تبیین این یافته می‌توان به نقش مدیریت زمان در درک وظایف، محدودیت‌ها و سازش یافتگی با موقعیت‌های مختلف اشاره نمود. چنان‌که دانشجویان در پرتو این توانایی قادرند با تعیین اهداف، وظایف محوله را برنامه‌ریزی کرده تا بتوانند به‌صورت هدفمند و ساختاربندی شده از زمان خود استفاده کنند؛ بنابراین با استفاده از روش‌های مدیریت زمان، بصیرت دانشجویان در مورد نحوه استفاده از زمان افزایش می‌یابد و می‌توانند به‌طور دقیق‌تری مدت زمان لازم جهت انجام وظایف را تخمین زده و به نتایج بهتری دست یابند. تدوین هدف‌های مشخص، نخستین گام در مدیریت زمان مؤثر و نشانگر کیفیت و نحوه صرف وقت افراد در آینده می‌باشد. هرچه دانشجویان در این حیطه سرمایه‌گذاری کنند (وقت اولیه بیشتری صرف نمایند) و اهدافی دقیق و قابل‌سنجش تدوین کنند فایده آن در مراحل بعدی با صرفه‌جویی در زمان به آن‌ها بر می‌گردد. این در شرایطی است که در مدیریت زمان، تعیین اولویت‌های کاری یعنی کارهایی که فوریت بیشتری دارند از اهمیت زیادی برخوردار است تا حدی که صاحب‌نظران، آن را جوهر مدیریت زمان می‌دانند و معتقدند ۸۰ درصد زمان را باید برای انجام ۲۰ درصد کارهای با اولویت اختصاص داد.

می‌توان به پژوهش بریتون و تسر اشاره کرد که نتایج آن نشان داد، افرادی که برنامه‌ریزی کوتاه مدت دارند نمره بالاتری را کسب می‌کنند. بنابراین برنامه‌ریزی شیوه مؤثری برای مدیریت زمان است، زیرا که این برنامه‌ها به تغییرات سریع منجر می‌شوند و انعطاف‌پذیر هستند. دانشجویان برای کسب موفقیت در امتحانات با وجود فشردگی دروس و تراکم بالای آن‌ها برنامه‌ریزی فشرده‌ای انجام می‌دهند و معمولاً در این زمینه موفق هستند که این مطالعه آن را تائید کرده است. عملکرد دانشجویان در حیطه مدیریت جلسات و ارتباطات ضعیف‌تر از سایر حیطه‌ها بوده است. مهم‌ترین عوامل اتلاف وقت دانشجویان عبارت‌اند از؛ مکالمات تلفنی، ارتباطات دوستانه بیش از حد، ناتوانی در نه گفتن به تقاضاهای نامعقول دیگران و صحبت‌های طولانی است.

مدیریت زمان، ساختاری جهت پایش خود محسوب می‌شود که بر اساس بازخورد دریافتی، می‌توان محدودیت‌های زمان را به حداقل رساند.

عملکرد بهتر دانشجویان در حیطه برنامه‌ریزی بیانگر آن است که

[Downloaded from mcs.ajaums.ac.ir on 2026-11-26]

[DOI: 10.18869/acadpub.mcs.2.2.96]

دانشجویان به هر حال سعی در استفاده بهتر از زمان در دسترس خود را دارند. ولی عملکرد ضعیف‌تر آنان در حیطه‌های دیگر و به‌ویژه حیطه مدیریت جلسات و ارتباطات نشان می‌دهد که به‌خوبی با این اصل مدیریت زمان و راهزنان وقت آشنا نیستند این مورد نیز می‌تواند مربوط به تأثیر رشته‌های اتاق عمل و هوشبری باشد؛ زیرا به علت بسته بودن اتاق‌های عمل خودبه‌خود ارتباطات آن‌ها محدود است و این عامل در وظایف حرفه‌ای آن‌ها خلل زیادی وارد نمی‌کند.

در یک نتیجه‌گیری کلی می‌توان گفت که مدیریت زمان یکی از مباحث اصلی در اداره هر کاری برای رسیدن به هر هدفی است. آگاهی از مفهوم مدیریت زمان هم در زندگی فردی و هم در زندگی حرفه‌ای دانشجویان مثمر ثمر خواهد بود و در واقع آنان را به‌نوعی خود مدیریتی سوق می‌دهد. چنان که دانشجویان در پرتو این توانایی قادرند با تعیین اهداف، وظایف محوله را برنامه‌ریزی و اولویت‌بندی کرده و به این ترتیب با افزایش یافتن درک دانشجویان از زمان در دسترس، می‌توانند به‌صورت هدفمند و ساختاربندی شده از زمان خود استفاده کنند. تأثیر مثبت مدیریت زمان‌بر پیشرفت تحصیلی به‌طور غیرمستقیم نیز قابل تبیین است. با استفاده از روش‌های مدیریت زمان، بصیرت دانشجویان در مورد نحوه استفاده از زمان افزایش می‌یابد و می‌توانند به‌طور دقیق‌تری مدت‌زمان لازم جهت انجام وظایف را تخمین زده و به نتایج بهتری دست یابند. در مجموع، برنامه‌ریزی در جهت بهبود مهارت‌ها و روش‌های مدیریت زمان و ترویج آن در میان دانشجویان ضروری است. نظریه سه‌گانه تقابل بندورا، مدیریت زمان را ترکیبی از تأثیرات سه‌گانه محیطی، رفتاری و شخصی می‌داند (۳۱).

در این راستا به نظر می‌رسد برگزاری کارگاه‌های آموزش مهارت‌های فردی مدیریت زمان برای آنان در ابتدای ورود به دانشگاه می‌تواند گامی مؤثر و راه گشا در زمینه‌ی بهبود این مهارت‌ها باشد. بهره‌گیری از توان اساتید مشاور و شناسایی دانشجویانی که به افزایش مهارت مدیریت زمان نیاز بیشتری دارند و ترغیب آنان به شرکت در دوره‌هایی از این قبیل راهبردی دیگر است. همچنین، می‌توان در دوره‌های آموزشی با توجه ویژه، به حیطه پایبندی به مدیریت ارتباطات، خود نظمی در دانشجویان را افزایش داده و عملکردشان را هم تراز با حیطه‌های دیگر بهبود داد.

تشکر و قدردانی

نویسندگان بر خود لازم می‌دانند بدین‌وسیله از کلیه دانشجویان رشته‌های اتاق عمل و هوشبری دانشگاه آزاد اسلامی که در جریان پژوهش همکاری صمیمانه‌ای را داشتند تقدیر و تشکر به عمل آورند.

References

1- Atkins T. The relationship among uses of time management techniques source of stress in high school Principals [Dissertation Abstract]: University of Connecticut; 1990.
2- Ghaedmohammadi M. The important factors of students' time management among Islamic Azad University. SOC RES. 2010; 3 (6): 57-73. (Persion).
3- Baghdasariyans A, Hasani F, Zohoorian M. The relationship between students study methods and achievement motivation with time management. J PSYCHOL RES. 2011; 2 (8): 35-45. (Persion).
4- Claessens B. Perceived control of time: time management and personal effectiveness at work: Technische Universiteit Eindhoven; 2004.
5- Nasri S, Pazargadi M, Tafreshi MZ, Nassiri N. The Correlation of Head Nurses' Time Management with Nurses' Job Satisfaction in Medical & Surgical Wards of Hospitals in Arak Medical Sciences University. J Nurs Midwifery Shahid Beheshti Univ Med Sci. 2007. (Persion)
6- Macan T. Time-management training: Effects on time behaviors, attitudes, and job performance. J Psychol. 1996 (130): 229-36.
7- Darini M, Pazhouhesh H, Moshiri F. Relationship between Employee's Innovation (Creativity) and time management. Procedia Soc Behav Sci. 2011;25: 201-13.
8- Hajloo N, Gharamaleki NS, Noori S. The Relationship Between Creativity, Conscientiousness, Time Motivational and Attitudinal Aspects and Time Management. Knowledge & Research in Applied Psychology 2012; 12 (4). (Persion).
9- Trueman M, Hartley J. A Comparison Academic Performance of Mature and Traditional-Entry University Students. J Higher Educe. 1996 (32): 199-215.
10- Briddell B. The effect of a time management training program upon occupational stress levels and the type of behavioral pattern in college adminstration [Ph.D thesis]. USA: University of florida; 1986.
11- Arnold E, Pulich M. Improving productivity through more effective time management. Health Care Manag (Frederick).

[Downloaded from mcs.ajaums.ac.ir on 2026-11-26]

[DOI: 10.18869/acadpub.mcs.2.2.96]

2004;23: 65-70.
12- Eilam B, Aharon I. Students' planning in the process of self-regulated learning. Contemp Educ Psychol. 2003 (38): 304-34.
13- Lahmers A, Zulauf C. Factors associated with academic time use and academic performance of college students: A recursive approach. J Coll Stud Dev. 2000 (41): 544-56.
14- Greenberg J. Comprehensive Stress Mangement: Mcgraw-hill Higher Education; 2000.
15- Keith G, Morgan S. What are the administrative tasks and Priorities for Continuing Education Administrative? JCHE. 1998;36: 2: 6-10.
16- Collinz D. Time Management-Study Skills For Students. Article From ArticleSeer. Com2010.
17- Hafezi S, Naghibee H, Naderi E, Najafi S, Mahmoodi H. The correlation between personal skill and organizational behavioral time management among educational administrators. J Behavioral Sci. 2008;2 (2). (Persion)
18- Macan T. Time management: Test of a process model. J Appl Psychol. 1994 (79): 381-91.
19- Trueman M, Hartley J. Comparison between the time-management skills and academic performance of mature and traditional-entry university student's. J Higher Educe. 1996 (32): 199-215.
20- Jex J, Elacqua T. Time management as a moderator of relations between stressors and employee strain. INT J WORk & Stress. 1999 (13): 182-91.
21- Omidvar H, Omidvar K, Omidvar A. The determination of effectiveness of teaching time management strategies on the mental health and academic motivation of school students. J Sch psychol. 2013;2 (3): 180-8. (Persion)
22- Terry PS. The Effect of online Time Management Practice on Self-Regulated Learning and Academic Self-Efficacy: Virginia University; 2002.
23- Stwart AJ, Lombard K. Exploring the Relationship between Time Management Skills and the Academic Achievement of African Engineering Students A Case Study. Eur J Eng Educ. 2010;35 (1).
24- Seibert j, Getinger M. Contributions of Study Skills To Academic Competence. School Psych Rev. 2002; 31 (3) ,350-65.
25- Britton BK, Tesser A. Effects of a Time Management Practice on College Grades. J EDUC Psychol. 1991;83: 405-10.
26- Kebriaei A, Sabahi Bidgolim M, Saeedi A. Relationship between Use of Time Management Skills and Satisfaction with Spending Time among Students of Zahedan University of Medical Sciences. J Med Educ Dev. 2014;6 (12). (Persion)
27- Brain T. Plan and prioritize: Arlington; 2007.
28- Saketi P, Taheri A. The Relationship between Time Management and Academic Achievements Among Bachelor and Master Students of Shiraz University and Shiraz University of Medical Sciences. Iran J Med Educ. 2010;10 (3): 293-300. (Persion)
29- Ravari A, Alhani F, Anoosheh M, Mirzaie-Khalilabadi T. The pattern of time management in college students of Kerman University of Medical Sciences in the year 2006. Iran South Med J. 2008;11 (1): 76-84. (Persion)
30- Walker F, Parkhurst A. Identifying Differences in Time Managers. Home Economics Research. J Educ Psychol. 1982;11 (1): 57-66.
31- Jahanseir K, Salehzadeh K, Vesagi H, Mosavifar A. A Study of the Effect of Time Management on Academic Achievement of Students of Islamic Azad University Maragheh Branch. J Research in Curriculum Planning. 2008;4 (16): 97-114.

[Downloaded from mcs.ajaums.ac.ir on 2026-11-26]

[DOI: 10.18869/acadpub.mcs.2.2.96]

The relationship between time management skills and academic achievement in anesthesiology and operating room students

Ahanchian. MR[1], *Lotfi Fatemi. SN[2]

Abstract

Introduction: Time management is one of the most important skills in learning activities. The aim of this research is to determine the correlation time management skills and academic achievement in anesthesiology and operating room students.

Material and Methods: This is a descriptive study on 187 anesthesiology and operating room students that were selected cluster randomly. All students completed time management questionnaire with 66 questions. The relationship between skills of time management and mean score of students assessed. In order to analysis data, descriptive statistics including Pearson's correlation coefficient, independent t-test were used, with using SPSS version 19 software.

Results: Analysis of data showed there wasn't any correlation between time management skills and academic achievement (p=0.528). Independent t-test showed there was no significant difference between mean scores of time management among male and female students too (p=0.245).

Discussion & Conclusion: Although this study showed that academic achievement not been affected by time management skills of students, it is recommended for time management training and workshops be conducted for students to improve their skills. Because time management skills is very important in academic performance.

Keywords: Academic achievement, Anesthesiology, Operating room, Time management.

[Downloaded from mcs.ajaums.ac.ir on 2026-11-26]

[DOI: 10.18869/acadpub.mcs.2.2.96]

1- Associate Professor, Faculty of Educational and Psychology, Ferdowsi University of Mashhad, Mashhad, Iran

2- (*Corresponding Author) Ph.D. Student in Nursing. School of Nursing and Midwifery, Mashhad University of Medical Sciences, Mashhad, Iran. E-mail: lotfifn1@mums.ac.ir