

واکاوی مهارت مدیریت زمان دانشجویان کشاورزی و منابع طبیعی^۱

لیدا شرفی^۲، کیومرث زرافشانی، میلاد ژولیده و فاطمه قربانی پیرعلیده^۳

چکیده

زمان منبعی با ارزش و محدود است و مدیریت آن از مهم‌ترین مهارت‌های مورد نیاز هر انسان و به‌ویژه دانشجویان است که نقش مهمی برای کسب موفقیت‌های تحصیلی و پژوهشی دارد. پژوهش توصیفی-همبستگی حاضر نیز با هدف واکاوی مدیریت زمان در بین دانشجویان پردیس کشاورزی و منابع طبیعی دانشگاه رازی کرمانشاه به انجام رسید. جامعه آماری مورد بررسی ۱۸۶۶ نفر بودند که با استفاده از روش نمونه‌گیری طبقه‌ای تصادفی ساده ۲۵۸ نفر به عنوان نمونه انتخاب شدند. نتیجه پژوهش نشان داد که مهارت مدیریت زمان بیشتر دانشجویان در حد میانگین است. جنسیت، دوره تحصیلی و وضعیت تاهل بر مدیریت زمان بدون تأثیر است، اما محل سکونت، داشتن شغل و مقطع تحصیلی دانشجویان بر مهارت‌های مدیریت زمان آن‌ها مؤثر هستند. بر این پایه، مهارت مدیریت زمان دانشجویان دکتری نسبت به کارشناسی ارشد و کارشناسی در سطح بیشتری قرار دارد. همچنین، بین مدیریت زمان و موفقیت تحصیلی دانشجویان ارتباط معنی‌دار و مثبتی وجود دارد. بنابراین ارتقای مهارت مدیریت زمان دانشجویان، به ویژه دانشجویان غیر بومی به دلیل کنترل کمتر والدین و دانشجویان مقاطع پایین‌تر تحصیلی به دلیل مهارت کمترشان در مدیریت زمان، باید با برگزاری کلاس‌ها و دوره‌های آموزشی مورد توجه قرار بگیرد. همچنین، افزایش مهارت مدیریت زمان استادان به دلیل الگوبرداری دانشجویان از آن‌ها باید در قالب برگزاری دوره‌های ضمن خدمت به طور ویژه مدنظر باشد.

واژه‌های کلیدی: مدیریت زمان، موفقیت تحصیلی، مهارت‌های مدیریت زمان.

مقدمه

زمان باارزش‌ترین منبعی است که در اختیار انسان قرار دارد، زیرا منابع دیگر به شرط وجود زمان ارزش پیدا می‌کنند (۸). چنین موهبتی در این کره خاکی به هر یک از ما به رایگان اعطا شده و مقدار آن برای همه یکسان است. در نتیجه، موفقیت هر شخص در زندگی بستگی دارد به چگونگی استفاده از این منبع گران‌بها در راستای تحقق هدف‌ها و آرمان‌هایش. از این‌رو، زمان اعطا شده به انسان باید توسط وی به درستی مدیریت شود. مدیریت زمان عبارت است از بهره‌گیری مؤثر از وقت با پرداختن به فعالیت‌های هدفمند معین (۱۵).

مدیریت زمان راهبردی برای استفاده بهینه از زمان است. باید این نکته را نیز در نظر گرفت که مدیریت زمان به مفهوم کنترل لحظه‌ای زمان نیست، بلکه شیوه‌هایی است که با به‌کارگیری آن‌ها می‌توان وضعیت کار و زندگی را بهبود بخشید.

هدف مدیریت زمان کمک به افراد برای رهایی از قیدوبندهای دست و پاگیر درونی و بیرونی است، بی آن که از استقلال و آزادی آن‌ها کاسته شود. در حقیقت، جوهر مدیریت زمان در این است که بهترین و پرنرژی‌ترین وقت‌ها صرف مهم‌ترین کارها شود تا به‌توان به نتیجه‌های مطلوب رسید (۱۸).

در این میان، برنامه‌های تحصیلی نیز یکی از امور زندگی دانشجویان است که اغلب پر از تکلیف‌ها و هدف‌هایی است که دانشجویان در تقسیم زمان به آن‌ها دچار مشکل می‌شوند (۲). این امر ناشی از نبود مهارت مقابله با هیجان‌ها و نداشتن مدیریت زمان است که در پایان موجب افت تحصیلی آنان می‌شود. به بیانی دیگر، نبود مهارت مدیریت زمان و نبود نگرش مناسب در این زمینه، عملکرد ضعیف دانشجویان، بهره‌وری کم و میزان زیاد تنش و اضطراب را به همراه دارد (۴). از این رو لزوم مدیریت زمان، به‌ویژه در محیط‌های آموزشی و برای دانشجویان، اهمیت زیادی دارد. مدیریت زمان از مهم‌ترین مهارت‌های مورد نیاز هر دانشجو و عاملی است مهم برای کسب موفقیت‌های تحصیلی وی. دانشجویان دارای این مهارت به طور معمول در برنامه‌ریزی درسی و هماهنگی امور با وضعیت خود موفق عمل خواهند کرد و فعالیت‌های درسی خود را به بهترین روش برنامه‌ریزی و سازماندهی می‌کنند (۲۲).

افزون بر این، مدیریت زمان و بهره‌وری بهینه از وقت این امکان را به دانشجویان می‌دهد که خلأیت خود را به خدمت گیرند تا ضمن رهایی از تنش‌های کسالت‌بار روزمره، مدیریتی موفق اعمال کنند. در گذشته، زمان به این درجه اهمیت نداشته است، اما امروزه هر لحظه از زمان آستن رویدادها و دگرگونی‌های شگرف است. پس، برای همگام بودن با رویدادها باید روی لحظه لحظه زمان، مدیریت داشت تا به هدف رسید (۷). در واقع، کنترل بیشتر دانشجویان روی زمان، عملکرد آنان را ارتقا می‌دهد و موجب می‌شود تا آن‌ها احساس رضایت بیشتری از زندگی خود داشته باشند. این دانشجویان سردرگمی کمتری در نقش خود پیدا می‌کنند و تنش‌های جسمانی کمتری دارند (۴). مهارت‌های مدیریتی مؤثر به دانشجویان کمک می‌کند تا در مسیر هدف‌های خود تلاش کنند و از فعالیت‌های غیر ضروری، که توجه فرد را منحرف می‌کنند، پرهیز کنند (۲۴).

مدیریت زمان در حقیقت مدیریت زندگی، مدیریت فردی و مدیریت بر خود است. کسانی که برای خود ارزش قائل‌اند، در اختصاص دادن وقت برای کارهایشان به دقت عمل می‌کنند (۲). صاحب‌نظران، مهارت مدیریت زمان را به دو مورد کلی مهارت فردی و مهارت سازمانی دسته‌بندی کرده‌اند. مهارت فردی مدیریت زمان شامل برخی از الگوهای عمومی رفتار است که اغلب مردم عادی در زندگی شخصی و خانوادگی خود در استفاده از وقت و مدیریت آن به کار می‌برند. از دیدگاه مهارت فردی مدیریت زمان، ریشه اصلی اتلاف وقت در خود فرد نهفته است و اگر فرد بتواند با کنترل خود عامل‌های اتلاف وقت را از بین ببرد، کسان دیگر و رویدادها نمی‌توانند تاثیر عمده‌ای در اتلاف وقت وی داشته باشند (۱۲).

مهارت فردی مدیریت زمان شامل چهار بعد است: هدف‌گذاری، اولویت‌بندی هدف‌ها و فعالیت‌ها، برنامه‌ریزی زمانی، و تعهد به اجرای برنامه (۷). هدف‌گذاری به معنای تعیین هدف دقیق و مشخص است که معطوف به نتیجه مورد نظر باشد و در این‌جا منظور هدف‌های قابل ارزیابی است که فرد در استفاده و کنترل فعالیت‌های روزانه، هفتگی و ماهانه خود تعیین می‌کند. منظور از اولویت‌بندی هدف‌ها و فعالیت‌ها، تنظیم هدف‌ها و فعالیت‌ها برحسب اهمیت و اولویتی است که هر فعالیت در مقابل دیگر هدف‌ها و فعالیت‌ها به منظور دستیابی به هدف‌های روزانه، هفتگی و ماهانه دارد. برنامه‌ریزی زمانی، به معنای تنظیم فهرست فعالیت‌های قابل اجرا و تفکر درباره نحوه عملی کردن آن‌ها در مدت زمانی است که فرد در اختیار

دارد. به عبارت دیگر، زمان‌بندی فعالیت‌ها برحسب اولویت و روش اجرای آن‌ها به منظور استفاده بهینه از وقت مورد نظر است. تعهد به اجرای برنامه، قبول اجرای کاری در آینده و تعهد نسبت به یک مسئولیت است (۱۴).

با توجه به اهمیت مدیریت زمان در موفقیت تحصیلی دانشجویان و به تبع آن آینده تحصیلی و شغلی آن‌ها، پژوهشگران بررسی‌های گوناگون کرده‌اند. بررسی‌های کایا و همکاران^۱ (۱۹) نشان می‌دهد که مهارت‌های مدیریت زمان در بین دانشجویان در حد میانگین و یا کمتر است. ادواردز^۲ (۱۶) در پژوهش خود به این نکته پی برده‌است که نیاز به ایجاد و کاربرد دوره‌های مدیریت زمان و مدیریت تنش در مؤسسه‌های آموزشی ضروری است. برابر پژوهش‌های متعدد، می‌توان گفت مدیریت زمان روش‌های نوینی را نشان می‌دهد تا دیدگاه‌های مفیدی در مورد کارهای وابسته به یکدیگر و اولویت‌ها به‌دست آورده شود.

بر اساس بررسی‌های کلايسنس و همکاران^۳ (۱۵) و استوارت و لومبارد^۴ (۲۵) بهره‌گیری از مدیریت زمان روی عملکرد دانشگاهی، موفقیت تحصیلی، خودآثربخشی، توانایی حل مسئله، و کاهش تنش‌های جسمی دانشجویان تأثیر مثبت دارد. بر اساس نتیجه بررسی‌های شرستا و همکاران^۵ (۲۳)، بیشتر دانشجویان تمایل دارند به فعالیت‌های غیر دانشگاهی (آکادمیک)، مانند فعالیت‌های اجتماعی و تفریحی به‌پردازند. در این بین، دانشجویان با سن بیشتر، زمان بیشتری را صرف کار عملی می‌کنند. همچنین، نتیجه بررسی‌ها نشانگر این است که مهارت مدیریت زمان از نظر جنسیتی در بین دانشجویان دانشکده‌های کشاورزی و منابع طبیعی ایالت میسیگان آمریکا متفاوت است. بر این اساس، مردان بیشتر وقت خود را صرف مشارکت در فعالیت‌های اجتماعی می‌کنند در حالی که زنان بیشتر درگیر تکلیف‌های آکادمیک و دانشگاهی خود هستند. ایندريکا و همکاران^۶ (۱۷) در بررسی‌های خود در دانشگاه‌های انگلستان به این نتیجه رسیدند که مدیریت زمان در بین دانشجویان به افزایش معنی‌دار پیشرفت تحصیلی می‌انجامد.

بررسی نصرالله و ثاقب خان^۷ (۲۱) در هدف پیامد مدیریت زمان در پیشرفت تحصیلی دانشجویان دانشگاه علوم و فناوری کیورتابای^۸ پیشاور هند، نشان داد که دانشجویانی که پیشرفت تحصیلی کمی دارند نمره مدیریت زمان کمتری به دست آورده‌اند و از مهارت‌های مدیریت زمان کمتری بهره‌برده‌اند. خانام و همکاران^۹ (۲۰) در بررسی مدیریت زمان دانشجویان و پیشرفت تحصیلی دانشجویان هندی به این نتیجه رسیدند که بیشتر دانشجویان (۵۱/۹۰٪) نمره مدیریت زمان در حد میانگین تا کم دارند. همچنین، مدیریت زمان بر عملکرد دانشجویان بسیار مؤثر است به گونه‌ای که دانشجویان برای ارتقای عملکرد و پیشرفت تحصیلی‌شان باید برنامه‌های مرتبط با افزایش مهارت‌های مدیریت زمان را دنبال کنند.

در پژوهشی دیگر، جهان‌سیر و همکاران (۲) تأثیر مدیریت زمان را در پیشرفت تحصیلی دانشجویان مراغه با استفاده از پرسشنامه بریتون و تسیر^{۱۰} (۱۴) بررسی کردند و نشان دادند که بین شاخص‌های مدیریت زمان (برنامه‌ریزی کوتاه مدت، نگرش به زمان) با پیشرفت تحصیلی رابطه معناداری وجود دارد در حالی که بین شاخص برنامه‌ریزی بلندمدت و پیشرفت تحصیلی ارتباطی وجود ندارد. نتیجه پژوهش همچنین نشانگر این است که متغیرهای سن و رشته تحصیلی دانشجویان در مدیریت زمان آنان تأثیرگذار است. در صورتی که بین میزان مهارت دانشجویان دختر و پسر از نظر مدیریت زمان تفاوت چندانی وجود ندارد. بررسی‌های راوری و همکاران (۴) نشانگر این است که بین رشته تحصیلی دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی و مدت زمان مطالعه اختلاف معنی‌داری وجود دارد. دانشجویان رشته پزشکی، در مقایسه با دانشجویان دیگر رشته‌ها، زمان مطالعه را بیشتر مدیریت می‌کنند.

1. Kaya *et al.* 2. Edwards 3. Claessens *et al.* 4. Stwaart and Lombard 5. Shrestha *et al.*
6. Indreica *et al.* 7. Nasrullah and Saqib Khan 8. Qurtaba 9. Khanam *et al.* 10. Britton and Tesser

پژوهش‌های ساکتی و طاهری (۵) نشان می‌دهند دانشجویان کارشناسی ارشد در مهارت مدیریت زمان و موفقیت تحصیلی دارای میانگین بیشتری نسبت به دانشجویان کارشناسی هستند. افزون بر این، یافته‌ها گویای آن است که از نظر ابعاد مدیریت زمان، بین دانشجویان علوم پزشکی شیراز و دانشگاه شیراز تفاوت معنی‌داری وجود دارد و میانگین نمره‌ها در دانشگاه علوم پزشکی بیشتر است. در پژوهشی دیگر، قائد محمدی (۸) مدیریت زمان را در دانشجویان رشته مدیریت دانشگاه آزاد منطقه ۱۲ تهران بررسی کرد و نشان داد که مهارت مدیریت زمان در میان دانشجویان در سطح متوسط و اندک قرار دارد.

نتیجه بررسی‌های حسومی و ساریخانی (۳) در بین کارکنان دانشگاه آزاد اسلامی منطقه ۱۲ نشان داد که میزان مدیریت زمان در بین آن‌ها کمی بیش از سطح متوسط است. همچنین بین مدیریت زمان و فرسودگی شغلی رابطه وجود دارد. یافته‌های بررسی‌های مظاهری و عیوض‌زاده (۱۱) بین ۱۴۰ نفر از مدیران اجرایی و میانی دانشگاه آزاد اسلامی منطقه هشت نشان داد که میانگین نمره‌های مدیران زن در مهارت‌های فردی و سازمانی مدیریت زمان، نسبت به مدیران مرد، بیشتر است. در بررسی‌های کبرایی و همکاران (۹) نشان داده‌شد که دانشجویان از نظر بهره‌گیری از مهارت‌های فردی مدیریت زمان در حد میانگین به پایین هستند. دانشجویان در فرایند برنامه‌ریزی زمانی بهره‌گیری بهتر و در فرایند پای‌بندی به اجرای برنامه، بهره‌گیری ضعیف‌تر داشتند. همچنین، دانشجویان از چگونگی گذران وقت رضایت نسبی خود را اعلام کردند. بین میزان بهره‌گیری دانشجویان از مهارت‌های فردی مدیریت زمان و رضایت از نحوه گذران وقت، ارتباط معنی‌دار وجود داشت. دانشجویان دانشکده‌های توان‌بخشی و بهداشت به ترتیب بهره‌گیری بهتر و ضعیف‌تری را گزارش کردند و از نظر جنسیتی، بهره‌گیری دانشجویان دختر بهتر از بهره‌گیری دانشجویان پسر بود. نتیجه بررسی‌های یعقوبی و همکاران (۱۳) در زمینه تأثیر آموزش مدیریت زمان بر کاهش اضطراب امتحان در دانش‌آموزان دختر پایه اول متوسطه استان همدان نشان داد که آموزش مهارت مدیریت زمان بر کاهش اضطراب دانش‌آموزان تأثیر معنی‌داری داشته است.

پرچ (۱) در پایان‌نامه خود با عنوان «تأثیر مدیریت زمان در پیشرفت تحصیلی دانشجویان دختر دانشگاه پیام نور بابل» به این نتیجه رسید که بین پیشرفت تحصیلی و مدیریت زمان رابطه‌ای معنی‌دار وجود دارد. محمدی و همکاران (۱۰) نیز در بررسی رابطه بین مدیریت زمان و تأثیر آن بر پیشرفت تحصیلی دانشجویان رشته علوم تربیتی دانشگاه پیام نور آبادان به این نتیجه رسیدند که بین پیشرفت تحصیلی و مدیریت زمان دانشجویان رابطه معنی‌دار وجود دارد. در بررسی‌های شفیع و همکاران (۶) با هدف مطالعه ارتباط مدیریت زمان و انگیزه پیشرفت تحصیلی در بین دانشجویان، بین ۱۴۰ دانشجوی دانشکده بهداشت دانشگاه علوم پزشکی شهید صدوقی یزد در سال ۱۳۹۵، این نتیجه به‌دست آمد که بین متغیر انگیزه پیشرفت و مدیریت زمان همبستگی مثبت و معنی‌داری وجود دارد. با سرمایه‌گذاری برای آموزش نحوه مدیریت زمان و تقویت انگیزه پیشرفت می‌توان شرایط پیشرفت تحصیلی را مهیا کرد.

دوران زندگی دانشجویی بسیار باارزش و البته کوتاه است که با توجه به حجم درس و مطالعه زیاد، نیاز به مدیریت زمان دقیق‌تری دارد. از سویی دیگر، مدیریت زمان نقش مؤثری در موفقیت تحصیلی و به تبع آن موفقیت شغلی آینده هر دانشجو خواهد داشت. بنابراین، مسئله‌ای که وجود دارد این است که ابعاد مدیریت زمان در زندگی دانشجویان در مقطع‌های تحصیلی مختلف به چه شکل است. آیا ویژگی‌های مهم فردی دانشجویان از جمله جنسیت، دوره تحصیلی (روزانه یا شبانه)، محل سکونت و مقطع تحصیلی در مهارت‌های مدیریت زمان آن‌ها تأثیری دارد؟ از این رو واکاوی مهارت مدیریت زمان دانشجویان و بررسی ابعاد آن اهمیت ویژه‌ای دارد. آن‌چه بررسی‌های مختلف نشان می‌دهند و از نشانه‌های موجود و تجربه‌های فردی دانشجویان برمی‌آید این است که دانشجویان از زمان‌هایی که در اختیار دارند استفاده بهینه

نمی‌کنند. مدیریت زمان بسیاری از دانشجویان قبل از ورود به دانشگاه توسط والدین یا آموزشگاه‌ها صورت می‌گرفته است، اما به دلیل نداشتن مدیریت زمان در دوران دانشگاه، آن‌ها در بدو ورود به دانشگاه با افت تحصیلی ناشی از کنترل‌نشدن زمان مواجه می‌شوند. بنابراین، مدیریت زمان به شکل اثربخش اهمیت بالایی دارد و نحوه کاربرد درست زمان می‌تواند در موفقیت آینده دانشجویان تأثیرگذار باشد. در نتیجه، با توجه به اهمیت مدیریت زمان به ویژه در بین دانشجویان، پژوهش حاضر با هدف واکوی مهارت مدیریت زمان دانشجویان پردیس کشاورزی و منابع طبیعی دانشگاه رازی کرمانشاه به انجام رسید. برای دستیابی به این هدف کلی، هدف‌های اختصاصی زیر در نظر گرفته شدند:

- ❖ اولویت‌بندی گویه‌های مدیریت زمان از دیدگاه دانشجویان دانشکده کشاورزی دانشگاه رازی کرمانشاه.
- ❖ بررسی مهارت مدیریت زمان دانشجویان بر اساس متغیرهای پژوهش.
- ❖ طبقه‌بندی دانشجویان بر اساس مدیریت زمان.
- ❖ بررسی تأثیر مدیریت زمان در موفقیت تحصیلی دانشجویان.

مواد و روش‌ها

پژوهش حاضر از نظر ماهیت، از نوع پژوهش کمی و به خاطر دستیابی به داده‌پردازی، توصیفی-همبستگی است. با توجه به محدوده پژوهش، طرح مورد استفاده مقطعی است. جامعه آماری پژوهش، دانشجویان پردیس کشاورزی و منابع طبیعی دانشگاه رازی کرمانشاه هستند. بر همین اساس، برای تعیین حجم نمونه از جدول بارتلت و همکاران که در سال ۲۰۰۱ پیشنهاد شده، استفاده شد. با توجه به حجم جامعه (۱۸۶۶ نفر)، ۳۱۷ نفر به عنوان نمونه انتخاب شدند. در این پژوهش از روش نمونه‌گیری طبقه‌ای تصادفی ساده استفاده شد. بدین صورت که از هر طبقه (کارشناسی، کارشناسی ارشد، دکتری) با استفاده از شیوه انتساب متناسب، نمونه‌ها برگزیده شدند و پرسشنامه‌ها در بین آنان توزیع شد. در پایان ۲۵۸ پرسشنامه تکمیل و برای تجزیه و واکوی استفاده شدند (درصد بازگشت: ۸۱/۴).

پرسشنامه طراحی شده شامل ۲ بخش بود. در بخش اول، ویژگی‌های فردی و آموزشی پاسخگویان پرسیده شد و در بخش دوم، به منظور سنجش مهارت مدیریت زمان از پرسشنامه بریتون و تسر (۱۴) بهره‌گیری شد. این پرسشنامه دارای ۱۵ گویه است که مهارت مدیریت زمان را در سه بُعد برنامه‌ریزی کوتاه مدت (۶ گویه)، نگرش نسبت به زمان (۶ گویه)، و برنامه‌ریزی بلند مدت (۳ گویه) مورد سنجش قرار می‌دهد. طیف سنجش گویه‌های پرسشنامه دارای ۳ گزینه «به کلی انجام نمی‌دهم با نمره ۱، به ندرت انجام می‌دهم با نمره ۲ و همیشه انجام می‌دهم با نمره ۳» می‌باشد.

به منظور اطمینان بیشتر از روایی پرسشنامه، اعضای هیأت‌علمی گروه ترویج و توسعه روستایی پردیس کشاورزی و منابع طبیعی دانشگاه رازی، برخی از دانشجویان ارشد و دکتری گروه ترویج و توسعه روستایی پس از بررسی پرسش‌ها و گویه‌های پرسشنامه، دیدگاه‌های اصلاحی خود را اعلام کردند و اصلاح‌های مختصری در پرسشنامه‌ها اعمال شد. در آخر، روایی پرسش‌نامه‌ها به تایید گروه متخصصان رسید.

به منظور سنجش پایایی ابزار پژوهش نیز از ضریب آلفای کرونباخ استفاده شد؛ مقدار آن ۰/۷۸ به دست آمد که برای ادامه کار مناسب تشخیص داده شد. به منظور واکوی داده‌ها، از آماره‌های توصیفی (فراوانی، درصد، میانگین، انحراف معیار) و استنباطی (آزمون همبستگی، مقایسه میانگین) استفاده شد. به نظر می‌رسد از آن‌جا که این دانشجویان به صورت سراسری گزینش می‌شوند، نتایج پژوهش را می‌توان به کلیه دانشجویان تعمیم داد.

نتایج

ویژگی‌های فردی دانشجویان

ویژگی‌های فردی دانشجویان در جدول ۱ بیان شده است.

جدول ۱- ویژگی‌های فردی دانشجویان (n=۲۵۸).

ویژگی‌های فردی	گویه‌ها	میانگین	انحراف معیار	فراوانی	درصد	بی پاسخ فراوانی
سن	۲۳/۲۰	۳/۹۴	-	-	۳
جنسیت	مرد	-	-	۷۰	۲۷/۱	-
	زن	-	-	۱۸۸	۷۲/۹	-
وضعیت تاهل	متاهل	-	-	۳۷	۱۴/۳	۱
	مجرد	-	-	۲۲۰	۸۵/۳	-
محل سکونت	بومی	-	-	۱۴۸	۵۷/۴	۲
	غیربومی	-	-	۱۰۸	۷۱/۹	-
شغل	بیکار	-	-	۲۰۴	۷۹/۱	۲۷
	شاغل	-	-	۲۷	۱۰/۱	-

نتایج جدول ۱ نشان می‌دهد که از بین ۲۵۸ دانشجوی، ۱۸۸ نفر (۷۲/۹٪) خانم و ۷۰ نفر (۲۷/۱٪) آقا هستند. میانگین سنی دانشجویان ۲۳/۲۰ محاسبه شد (انحراف معیار: ۳/۹۴) که دامنه سنی آنان ۱۸ تا ۴۷ سال بود. وضعیت تاهل دانشجویان نشان داد که کمتر از ۱۵٪ آنان متاهل و بقیه (۸۵/۳٪) مجرد هستند. نتیجه‌های این جدول نشانگر این است که ۱۴۸ نفر از دانشجویان بومی و ۱۰۸ نفر غیربومی هستند. وضعیت شغلی آنان نیز نشان می‌دهد که تنها حدود ۱۰٪ از دانشجویان (۲۷ نفر) شاغل هستند.

ویژگی‌های تحصیلی دانشجویان

ویژگی‌های تحصیلی دانشجویان پردیس کشاورزی و منابع طبیعی رازی (نمونه مورد بررسی) نیز در جدول ۲ ارائه شده است. بر اساس جدول ۲، معدل کل دانشجویان در نمونه مورد بررسی ۱۶/۱ است (انحراف معیار: ۱/۴۴). داده‌ها نشان می‌دهد ۱۷۸ نفر از پاسخگویان در مقطع کارشناسی، ۵۴ نفر کارشناسی ارشد و ۲۶ نفر در مقطع دکتری مشغول به تحصیل هستند. بیشینه نمونه‌های مورد بررسی در دوره روزانه (۸۸٪) و حدود ۱۰٪ در دوره شبانه قرار دارند. افزون بر این، به خاطر وضعیت رشته تحصیلی، بیشترین فراوانی به دانشجویان گروه ترویج و توسعه (۸۹ نفر) و کمترین فراوانی به گروه مکانیک اختصاص دارد (۴ نفر).

جدول ۲- ویژگی‌های تحصیلی دانشجویان (n=۲۵۸).

ویژگی‌های تحصیلی	گویه‌ها	میانگین	انحراف معیار	فراوانی	درصد	بی پاسخ فراوانی
معدل [†]	کارشناسی	۱۵/۶۸	۱/۳۷	-	-	-
	کارشناسی ارشد	۱۶/۸۸	۱/۰۹	-	-	-
	دکتری	۱۷/۳۴	۱/۲۲	-	-	-
مقطع تحصیلی	دکتری	-	-	۲۶	۹/۷	-
	کارشناسی ارشد	-	-	۵۴	۲۰/۵	-
دوره تحصیلی	کارشناسی	-	-	۱۷۸	۶۹	۵
	روزانه	-	-	۲۲۷	۸۸	۵
رشته تحصیلی	شبانه	-	-	۲۶	۱۰/۱	۱۹
	ترویج و توسعه	-	-	۸۹	۳۴/۵	-
	گیاهپزشکی	-	-	۳۴	۱۳/۲	-
	خاکشناسی	-	-	۱۹	۷/۴	-
	مکانیک	-	-	۴	۱/۶	-
	جنگلداری	-	-	۱۶	۶/۲	-
	زراعت	-	-	۱۷	۶/۶	-
	علوم دام	-	-	۲۱	۸/۲	-
	آب	-	-	۱۶	۶/۲	-
	مرتع و آبخیزداری	-	-	۱۳	۵	-
حشره شناسی	-	-	۱۰	۳/۹	-	

[†] معدل کل دانشجویان (در نمونه مورد بررسی): ۱۶/۱

اولویت‌بندی گویه‌های مدیریت زمان

مهارت‌های مدیریت زمان در ۱۵ گویه مورد بررسی قرار گرفت که نتیجه آن در جدول ۳ ارائه شده است. جدول ۳، اولویت‌بندی گویه‌های مدیریت زمان را از دیدگاه دانشجویان نشان می‌دهد. همان‌گونه که در جدول آمده است، بر اساس دسته‌بندی که از گویه‌های مدیریت زمان صورت گرفته است، رتبه اول در بُعد برنامه‌ریزی کوتاه مدت را گویه «برای شروع یک روز، از شب قبل برنامه‌ریزی می‌کنم» با میانگین ۲/۴۱ به خود اختصاص داد. در بُعد نگرش نسبت به مدیریت زمان، گویه «به اولویت‌بندی در زندگی اعتقاد دارم» با میانگین ۲/۵۸ رتبه اول را کسب کرده است. همچنین «هنگامی که چند کار را در دست دارم، به گونه‌ای عمل می‌کنم که مقداری وقت برای همه آن‌ها بگذارم» با میانگین ۲/۵۰ رتبه اول را در بُعد برنامه‌ریزی بلند مدت به دست آورد. یافته‌های حاصل وضعیت مدیریت زمان دانشجویان پردیس کشاورزی و منابع طبیعی در جدول ۴ نشان داده شده است.

شرفی و همکاران

جدول ۳- اولویت‌بندی گویه‌های مدیریت زمان (n=۲۵۸).

میانگین کل	اولویت‌بندی	انحراف معیار	میانگین از ۳	گویه
۲/۲۶	۱	۰/۶۳	۲/۴۱	برای شروع یک روز، از شب قبل برنامه‌ریزی می‌کنم.
	۲	۰/۶۶	۲/۳۰	یک دید روشن و واضح نسبت به آنچه که می‌خواهم. در طول هفته آینده انجام دهم، دارم.
	۳	۰/۶۳	۲/۲۰	هر روز با برنامه‌ریزی جلو می‌روم.
	۴	۰/۶۵	۲/۱۰	برای انجام کارهای روزمره، یک برنامه زمانبندی دارم (برای نمونه از ساعت X تا ساعت Y برای فلان کار).
	۵	۰/۶۸	۱/۹۵	هر روز برای خودم هدف نویسی می‌کنم.
	۶	۰/۶۹	۱/۹۴	برای کارهای روزانه خود لیست تهیه می‌کنم.
۲/۱۷	۱	۰/۶۱	۲/۵۸	به اولویت‌بندی در زندگی اعتقاد دارم.
	۲	۰/۶۱	۲/۴۹	خودم برای کارهایم برنامه‌ریزی می‌کنم.
	۳	۰/۶۱	۲/۳۳	از وقتم به درستی استفاده می‌کنم.
	۴	۰/۶۶	۲/۱۵	کارهایم را در لحظه آخر انجام می‌دهم.
	۵	۰/۶۰	۲/۱۰	در طول روز کارهای غیرمفید و غیرضروری انجام می‌دهم.
	۶	۰/۶۲	۲/۰۲	به طور معمول کارهایی را از روی اجبار برای فردی انجام می‌دهم که موجب عقب افتادن کار خودم می‌شود.
۲/۳۴	۱	۰/۶۳	۲/۵۰	هنگامی که چند کار را در دست دارم، به گونه‌ای عمل می‌کنم که مقداری وقت برای همه آن‌ها بگذارم.
	۲	۰/۷۰	۲/۳۰	به طور همزمان روی چند تکلیف کار می‌کنم.
	۳	۰/۶۵	۲/۲۳	برای یک ترم تحصیلی‌ام هدف‌گذاری می‌کنم.

طیف: به کلی انجام نمی‌دهم (۱)؛ به ندرت انجام می‌دهم (۲)؛ همیشه انجام می‌دهم (۳).

جدول ۴- مدیریت زمان دانشجویان (n=۲۵۸)

مقطع تحصیلی	طیف	کارشناسی	کارشناسی ارشد	دکتری	کل دانشجویان
وضعیت مدیریت زمان	کم	۳۱	۷	۰	۳۸
	متوسط	۹۴	۲۴	۴	۱۲۲
وضعیت مدیریت زمان	زیاد	۵۳	۲۳	۲۲	۹۸
	متوسط	۵۲/۸	۴۳/۴	۱۶	۴۷/۳
		۲۹/۸	۴۳/۴	۸۴	۳۸

میانگین کل: ۳۳/۶۱ انحراف معیار کل: ۴/۸۱

همان طور که در جدول ۴ آمده، وضعیت مدیریت زمان بیشینه دانشجویان، در سطح میانگین گزارش شده است. این گروه ۴۷/۳٪ پاسخ‌گویان را به خود اختصاص داده‌اند (۱۲۲ نفر). به طور کلی، میانگین مدیریت زمان دانشجویان از ۴۵ مقدار ۳۳/۶۱ برآورد شد (انحراف معیار: ۴/۸۱) که نشانگر این است که در مجموع بیشتر دانشجویان برای فعالیت‌های روزمره خود برنامه‌ریزی دارند و از این رو زمان خود را مدیریت می‌کنند. در این میان، وضعیت مدیریت زمان تمامی

دانشجویان دکتری در سطح بیشتری قرار دارد برابر یافته‌های جدول ۵، میزان مدیریت زمان در بین دانشجویان دکتری در سطح بالاتری نسبت به دانشجویان کارشناسی ارشد و کارشناسی قرار دارد.

جدول ۵- میزان مدیریت زمان در مقاطع مختلف.

مقطع تحصیلی	تعداد	میانگین	انحراف معیار
دکتری	۲۶	۳۷/۹۲	۲/۹۳
کارشناسی ارشد	۵۴	۳۴/۴۸	۴/۲۷
کارشناسی	۱۷۸	۳۲/۷۲	۴/۸۱

بررسی مدیریت زمان دانشجویان بر اساس متغیرهای پژوهش

مهارت‌های مدیریت زمان دانشجویان با متغیرهایی مانند جنسیت، دوره قبولی (روزانه و شبانه) و محل سکونت آن‌ها بررسی و نتیجه آن در جدول ۶ ارائه شده است.

جدول ۶- آزمون t مستقل برای مقایسه مدیریت زمان با متغیرهای پژوهش.

متغیرهای پژوهش	آماره t	درجه آزادی	سطح معنی‌داری (آزمون دو طرفه)	تفاوت میانگین نمونه و میانگین مورد آزمون	
				اختلاف میانگین	فاصله اطمینان ۹۵٪ برای
				کمترین	بیشترین
جنسیت دانشجویان	-۱/۷	۲۵۶	۰/۰۹ ^{NS}	-۱/۱۴	-۲/۴۶
دوره قبولی (روزانه و شبانه)	-۱/۶۷	۲۵۱	۰/۰۹ ^{NS}	-۱/۶۶	-۳/۶۳
محل سکونت	-۲/۶۵	۲۵۴	۰/۰۰۹ ^{**}	-۱/۶	-۲/۷۸
وضعیت تاهل	۰/۵۹۹	۲۵۵	۰/۵۵ ^{NS}	۰/۰۷۴	-۰/۱۶۸
شغل	۲/۰۱	۲۲۹	۰/۰۴۵ [*]	۰/۲۸۴	۰/۰۰۶

* معنی‌دار در سطح ۵٪، ** معنی‌داری در سطح ۱٪، و NS معنی‌دار نیست.

بر اساس آنچه در جدول ۶ مشاهده می‌شود، بین میانگین مدیریت زمان دختران و پسران از نظر آماری تفاوت معنی‌داری وجود ندارد (p=۰/۰۹). به عبارت دیگر، جنسیت دانشجویان در مدیریت زمان آنان تأثیری ندارد. همچنین ارتباط آماری مدیریت زمان دانشجویان با دوره قبولی (روزانه، شبانه) آنان نشانگر این است که بین میانگین مدیریت زمان دانشجویان با دوره قبولی تفاوت معنی‌داری وجود ندارد (p=۰/۰۹) که نشان دهنده نبود تأثیر دوره تحصیلی بر مدیریت زمان دانشجویان است. در حالی که بر پایه نتیجه‌های جدول ۶، بین میانگین مدیریت زمان با متغیر محل سکونت و شغل دانشجویان، تفاوت معنی‌داری در سطح ۱٪ و ۵٪ وجود دارد (p=۰/۰۰۹؛ p=۰/۰۴۵). به بیانی دیگر، محل سکونت دانشجویان و شاغل بودن در مدیریت زمان آنان تأثیرگذار است.

به منظور بررسی ارتباط بین مدیریت زمان و مقطع تحصیلی دانشجویان از آماره Welch استفاده شد (جدول ۷). با توجه به نتیجه‌های به دست آمده در جدول ۷، مقطع تحصیلی دانشجویان در مدیریت زمان آنان تأثیرگذار است. همچنین

نتیجه‌های آزمون جیمز هاول نشان می‌دهد که هر سه مقطع تحصیلی کارشناسی، کارشناسی ارشد و دکتری از نظر مدیریت زمان با یکدیگر تفاوت دارند و هر مقطع به طور جداگانه در یک گروه قرار می‌گیرد (جدول ۸).

جدول ۷- مقایسه مدیریت زمان بر اساس مقطع تحصیلی دانشجویان.

متغیر	آماره Welch	درجه آزادی	درجه آزادی	معنی داری
		۱	۲	
مدیریت زمان	۲۸/۴۸	۲	۶۹/۲۴	۰/۰۰۰

جدول ۸- آزمون جیمز هاول برای مقایسه مقطع‌های مختلف تحصیلی از نظر مدیریت زمان.

گروه اول	گروه دوم	تفاوت میانگین‌ها	خطای استاندارد	معنی داری
کارشناسی	ارشد	*-۱/۷۶	۰/۶۹	۰/۰۳۲
کارشناسی	دکتری	**۵/۲۰	۰/۶۹	۰/۰۰۰
کارشناسی ارشد	دکتری	**۳/۴۴	۰/۸۳	۰/۰۰۰

* معنی‌دار در سطح ۵٪، ** معنی‌داری در سطح ۱٪.

بررسی تأثیر ابعاد مدیریت زمان در موفقیت تحصیلی

میزان ارتباط بین ابعاد مدیریت زمان با پیشرفت تحصیلی (معدل) دانشجویان در جدول ۹ بررسی شده‌است.

جدول ۹- ضریب همبستگی بین ابعاد مدیریت زمان با معدل دانشجویان.

ابعاد مدیریت زمان	ضریب همبستگی	سطح معنی داری
نگرش نسبت به مدیریت زمان	۰/۲۴۰	۰/۰۰۰
برنامه‌ریزی کوتاه مدت	۰/۲۷۱	۰/۰۰۰
برنامه‌ریزی بلند مدت	۰/۳۰۵	۰/۰۰۰

ضریب‌های جدول ۹ نشانگر این است که بین تمامی ابعاد مدیریت زمان (نگرش نسبت به مدیریت زمان، برنامه‌ریزی کوتاه مدت، برنامه‌ریزی بلند مدت) با پیشرفت تحصیلی (معدل) همبستگی مثبت و معنی‌داری در سطح $P < 0/01$ وجود دارد. به این معنا که با افزایش هر یک از ابعاد مدیریت زمان، پیشرفت تحصیلی نیز افزایش خواهد یافت.

بحث

بر اساس یافته‌های پژوهش، وضعیت مدیریت زمان بیشینه دانشجویان در سطح متوسط گزارش شده است. این گروه ۴۷/۳٪ پاسخگویان (۱۲۲ نفر) هستند. این یافته با پژوهش‌های حسومی و ساریخانی (۳)، کایا و همکاران (۱۹) و خانام و همکاران (۲۰) همخوانی دارد.

نتیجه‌های پژوهش حاضر نشان داد که مهارت‌های مدیریت زمان دانشجویان زیر تأثیر جنسیت و دوره قبولی آن‌ها (شبهانه یا روزانه بودن) قرار ندارد. بررسی‌های جهان‌سیر و همکاران (۲) نیز نشان می‌دهد مهارت‌های مدیریت زمان

دانشجویان دختر و پسر تفاوت چندانی با یکدیگر ندارند، اما برخلاف یافته‌های پژوهش حاضر، شرستا و همکاران (۲۳) در پژوهش‌های خود نشان دادند که مهارت‌های مدیریت زمان خانم‌ها و آقایان متفاوت است. زنان بیشتر درگیر اجرای تکلیف‌های دانشگاهی هستند، در حالی که مردان در فعالیت‌های اجتماعی و تفریحی مشارکت دارند. کبریایی و همکاران (۹) نیز به این نکته اشاره می‌کنند که مهارت‌های مدیریت زمان خانم‌ها بهتر از مهارت‌های آقایان است. در پژوهش‌های مظاهری و عیوض‌زاده (۱۱) گفته شده میانگین نمره‌های مدیران زن در مهارت‌های فردی و سازمانی مدیریت زمان نسبت به مدیران مرد بیشتر است. تفاوت در یافته‌های پژوهش حاضر با بررسی‌های کبریایی و همکاران (۹)، مظاهری و عیوض‌زاده (۱۱) و شرستا و همکاران (۲۳) به بافت فرهنگی و شرایط آموزشی دانشجویان مورد مطالعه برمی‌گردد و از سویی دیگر، نیاز به آموزش دانشجویان (صرف نظر از جنسیت آنان) را در خصوص مهارت‌های مدیریت زمان برجسته‌تر می‌سازد.

یافته‌های پژوهش حاضر نشان می‌دهد مقطع تحصیلی دانشجویان بر مهارت‌های مدیریت زمان آن‌ها مؤثر است. نتیجه‌ها هم‌چنین نشان می‌دهند که مدیریت زمان دانشجویان دکتری در سطح بیشتری از مدیریت زمان دانشجویان کارشناسی ارشد و کارشناسی قرار دارد. روشن است که دانشجویان تحصیلات تکمیلی با توجه به حجم زیاد تکلیف‌های درسی و نیز پرداختن به پایان‌نامه، نیازمند برنامه‌ریزی منظم‌تر و دقیق‌تر هستند؛ از این رو، ضروری خواهد بود زمان خود را بهتر مدیریت کنند تا بتوانند از آن استفاده بهینه کنند. این یافته با نتیجه بررسی‌های ساکتی و طاهری (۵) نیز همخوانی دارد؛ بر اساس یافته‌های آن‌ها، دانشجویان کارشناسی ارشد در مهارت‌های مدیریت زمان و موفقیت تحصیلی دارای میانگین بیشتری نسبت به دانشجویان کارشناسی هستند.

بر اساس یافته‌های پژوهش، محل سکونت دانشجویان در مدیریت زمان آنان تأثیرگذار است. با توجه به این یافته، این‌گونه استنباط می‌شود که والدین نظارت کمتری بر چگونگی مدیریت زمان دانشجویان غیربومی دارند و بیشتر در میان دوستان خود زندگی می‌کنند، از این رو نیاز به آموزش مهارت‌های مدیریت زمان در آن‌ها بیشتر است.

با توجه به این‌که در اولویت‌بندی گویه‌های مدیریت زمان، گویه‌های «به اولویت‌بندی در زندگی اعتقاد دارم»، «هنگامی که چند کار را در دست دارم، به گونه‌ای عمل می‌کنم که مقداری وقت برای همه آن‌ها بگذارم»، و «خودم برای کارهایم برنامه‌ریزی می‌کنم». در رتبه‌های اول تا سوم قرار گرفته‌اند و بنابراین مشخص می‌شود که به‌طور کلی نگرش دانشجویان نسبت به مدیریت زمان مثبت است. همین امر موجب شده است تا بیشترین فراوانی برآورد مقدار مدیریت زمان در سطح متوسط قرار بگیرد. جهان‌سیر و همکاران (۲) نیز در بررسی‌هایشان در بین دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی مراغه به این نتیجه رسیدند که برنامه‌ریزی کوتاه مدت و نگرش نسبت به زمان به عنوان شاخص‌های مدیریت زمان با پیشرفت تحصیلی رابطه معنی‌دار دارند.

نتیجه بررسی‌ها نشان می‌دهد که افزایش هر یک از ابعاد مدیریت زمان، پیشرفت تحصیلی را نیز افزایش خواهد داد. پژوهش‌های پرچ (۱)، شفیع‌ی و همکاران (۶)، محمدی و همکاران (۱۰)، کلایسنس و همکاران (۱۵)، ایندیریکا و همکاران (۱۷)، خانام و همکاران (۲۰) و ستوارت و لومبارد (۲۵) نیز این یافته را تأیید می‌کنند. به اعتقاد این پژوهشگران، بهره‌گیری از مدیریت زمان روی عملکرد دانشگاهی، موفقیت تحصیلی، انگیزه پیشرفت، خوداثربخشی، توانایی حل مسئله، کاهش تنش‌های جسمی و تنش دانشجویان تأثیر مثبت دارد. نصرالله و ثاقب خان (۲۱) نیز در بررسی‌های خود به این نتیجه رسیدند که دانشجویانی که پیشرفت تحصیلی کمی داشته‌اند از مهارت‌های مدیریت زمان کمتری بهره برده‌اند.

نتیجه‌گیری و پیشنهادها

مدیریت زمان از جمله مهم‌ترین مهارت‌های مورد نیاز هر دانشجو و عاملی است مهم برای کسب موفقیت‌های تحصیلی وی. پژوهش توصیفی-همبستگی حاضر نیز با هدف بررسی مهارت مدیریت زمان دانشجویان پردیس کشاورزی و منابع طبیعی دانشگاه رازی کرمانشاه به انجام رسید. نتیجه پژوهش نشان داد که مدیریت زمان دانشجویان در سطح متوسط است و مهارت مدیریت زمان دانشجویان زیر تأثیر جنسیت، دوره قبولی (روزانه و شبانه) و وضعیت تاهل قرار ندارد، اما محل سکونت، داشتن شغل و مقطع تحصیلی دانشجویان بر مهارت‌های مدیریت زمان آن‌ها مؤثر هستند. بر این اساس، مدیریت زمان دانشجویان دکتری در سطح بالاتری نسبت به دانشجویان کارشناسی ارشد و کارشناسی قرار دارد. این مسئله نیز قابل انتظار است که دانشجویان تحصیلات تکمیلی به دلیل حجم بالای تکلیف‌های درسی و پایان‌نامه و دانشجویان خوابگاهی به دلیل دور بودن از خانواده و زندگی خوابگاهی نیازمند ارتقای مهارت‌های مدیریت زمان در خود هستند. نتیجه بررسی‌ها هم‌چنین نشان داد که مدیریت زمان بر پیشرفت تحصیلی دانشجویان بسیار مؤثر است. در پایان با توجه به اهمیت نقش و جایگاه مدیریت زمان در زندگی، موفقیت تحصیلی و آینده شغلی دانشجویان، به منظور بهبود مهارت‌های مدیریت زمان دانشجویان پیشنهادهای زیر ارائه می‌گردد:

- ❖ شناسایی دانشجویانی که به افزایش مهارت‌های مدیریت زمان نیاز بیشتری دارند و ترغیب آن‌ها به شرکت در دوره‌های افزایش مهارت‌های مدیریت زمان (برای نمونه، دانشجویان غیر بومی به دلیل کنترل کمتر والدینشان و زندگی خوابگاهی).
- ❖ با توجه به یافته‌های پژوهش در متفاوت بودن مهارت‌های مدیریت زمان دانشجویان مقطع کارشناسی، دانشجویان کارشناسی ارشد و دکتری، لزوم برگزاری کارگاه آموزشی به منظور افزایش مهارت‌های فردی مدیریت زمان در سال‌های ابتدایی ورود دانشجویان به دانشگاه وجود دارد و موجب بهبود مهارت‌های مدیریت زمان دانشجویان در سال‌های اولیه تحصیلشان می‌شود.
- ❖ استفاده از مهارت، توان و علم استادان مشاور دانشگاه به منظور راهنمایی تحصیلی دانشجویان و آموزش مهارت‌های مدیریت زمان به آن‌ها.
- ❖ برگزاری دوره‌های ضمن خدمت برای استادان دانشگاه به منظور ارتقای مهارت‌های مدیریت زمان آن‌ها و در راستای آن آموزش صحیح و افزایش مهارت‌های مدیریت زمان و راهکارهای بهبود آن توسط استادان به دانشجویان.

منابع

- ۱- پرچ، ز. ۱۳۹۰. تأثیر مدیریت زمان در پیشرفت تحصیلی دانشجویان دختر دانشگاه پیام نور بابل. پایان‌نامه‌ی کارشناسی ارشد رشته‌ی روان‌شناسی عمومی، دانشگاه پیام نور بابل.
- ۲- جهان‌سیر، خ. ک. صالح زاده، ح. وثاقتی و ا. موسوی فر. ۱۳۸۶. تأثیر مدیریت زمان در پیشرفت تحصیلی دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحد مراغه. دانش و پژوهش در علوم رفتاری ۱۱۴-۹۷:۱۶.
- ۳- حسومی، ط. و ن. ساریخانی. ۱۳۸۹. بررسی رابطه مدیریت زمان و میزان فرسودگی شغلی در بین کارکنان دانشگاه آزاد اسلامی منطقه ۱۲. فصلنامه اندیشه‌های تازه در علوم تربیتی ۱۰۷-۸۹:۶(۱).
- ۴- راوری، ع. ف. الحانی، م. انوشه و ط. میرزایی. ۱۳۸۷. چگونگی مدیریت زمان مطالعه دانشجویان در دانشگاه علوم پزشکی کرمان در سال ۱۳۸۵. دو فصلنامه طب جنوب ۸۴-۷۶:۱۱(۱).
- ۵- ساکتی، پ. و ع. طاهری. ۱۳۸۹. ارتباط مدیریت زمان با موفقیت تحصیلی دانشجویان کارشناسی و کارشناسی ارشد دانشگاه علوم پزشکی شیراز و دانشگاه شیراز. مجله ایرانی آموزش در علوم پزشکی ۳۰۰-۲۹۳:۱۰(۴).

- ۶- شفیعی، م.، ف. دهقانپور، ر. اکبری، م.ر. کمالی اردکانی، ن. باقیان و ع. دهقانی تفتی. ۱۳۹۷. بررسی ارتباط مدیریت زمان و انگیزه پیشرفت تحصیلی در دانشجویان: مطالعه مروری در دانشجویان دانشکده بهداشت دانشگاه علوم پزشکی شهید صدوقی یزد در سال ۱۳۹۵. راهبردهای مدیریت در نظام سلامت ۱۴۳-۱۳۵:۳(۲).
- ۷- فرنر، ج. ۱۳۸۱. مدیریت کاربردی وقت و عملکرد. مترجم: جواهری زاده، ن. تهران: نشر پژوهش.
- ۸- قائد محمدی، م. ج. ۱۳۸۹. مدیریت زمان و مولفه‌های آن در میان دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی. فصلنامه پژوهش اجتماعی ۷۳-۵۷:۳(۶).
- ۹- کبریایی، ع.، م. صباحی بیدگلی و ع. سعیدی. ۱۳۹۲. ارتباط بین بهره‌گیری از مهارت‌های فردی مدیریت زمان با رضایت از نحوه‌ی گذران وقت در دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی زاهدان. مجله‌ی توسعه‌ی آموزش در علوم پزشکی ۷۹-۸۸:۶(۱۲).
- ۱۰- محمدی، ن.، ع. شمسی، م.ر. عباسیان و م.ح. سلیمی. ۱۳۹۴. رابطه بین مدیریت زمان و تأثیر آن بر پیشرفت تحصیلی دانشجویان، کنفرانس بین‌المللی اقتصاد مدیریت و علوم اجتماعی، اسپانیا، ۲۴ فروردین ماه ۱۳۹۴.
- ۱۱- مظاهری، م.م. و ا. عیوض‌زاده. ۱۳۹۱. تأثیر مهارت‌های فردی مدیریت زمان بر مهارت سازمانی مدیران منطقه ۸ دانشگاه آزاد اسلامی. فصلنامه تحقیقات مدیریت آموزشی ۶۹-۵۵:۳(۴).
- ۱۲- مکنزی، ا. ۱۳۷۶. گریز از دام زمان. مترجم: اسماعیل نیا، م. تدبیر ۳۳-۳۰:۵(۴۴).
- ۱۳- یعقوبی، ا.، ح. محقق، ن. عرفانی و ن. الفتی. ۱۳۹۲. تاثیر آموزش مدیریت زمان بر کاهش اضطراب امتحان در دانش آموزان دختر پایه اول متوسطه همدان. مجله علمی دانشگاه علوم پزشکی ایلام ۷۷-۷۰:۲۱(۱).
14. Britton, B.K. and A. Tesser. 1991. Effects of time management practice on college grades. *J. Educat. Psychol.* 83(3):405-410.
15. Claessens, B.J.C., W. Van Eerde., C.G. Rutte and R.A. Roe. 2007. A review of the time management literature. *Personnel Review*, 36:255-276.
16. Edwards, G.R. 2006. The relationship between uses of time management techniques and sources of stress among public school superintensents in Missouri. Dissertation Abstract Ed. D. Saint Louis University.
17. Indreica, E.S., A.M. Cazan and C. Truta. 2011. Effects of learning styles and time management on cademic achievement. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 30: 1096-102. Retrived from: <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2011.10.214/>.
18. Kamron, S. 2002. Five time management mistakes, retrieved from: [www. Google/TOP](http://www.Google/TOP).
19. Kaya, H., N. Kaya., A.O. Pallos and L. Kucuk. 2012. Assessing time management skills in terms of age, gender, and anxiety levels: a study on nursing and midwifery students in Turkey. *Nurse Educat. Pract.* 12(5):284-288.
20. Khanam, N., T. Sahu., E.V. Rao., S.K. Kar and S.Z. Quazi. 2017. A study on university student' s time management and academic achievement. *International Journal of Community Medicine and Public Health*, 4(12):4761-4765.
21. Nasrullah, S. and M. Saqib Khan. 2015. The impact of time management on the students' academic achievements. *J. Lit. Lang. Linguist.* 11:66-72.
22. Nonis, S.A and G.I. Hudson. 2006. Academic performance of college students: influence of time studying and working. *J. Educat. Busin.* 81(3):151.
23. Shrestha, K.M., M. Suvedi and E.F. Foster. 2011. Undergraduate students' use of time in the college of agriculture and natural resources at Michigan state University. *NACTA J.*, pp.45-52.
24. Sopon, D. 2017. Time management in universities- best practices and future developments. *Manag. Challen. Contemp. Soc.* 10(1):89-94.
25. Stwart, A.J and K. Lombard. 2010. Exploring the relationship between time management skills and the academic achievement of African engineering students. A case study. *J. Engin. Educat.* 35(1):79- 89.

Analysis of Time Management Skills of Agriculture and Natural Resources Students

L. Sharafi¹, K. Zarafshani, M. Zhoollideh and F. Ghorbani Piralidehi²

Time is a precious and limited resource and its management is the most important skill required for each student and it is an important factor for academic success. The present descriptive-correlational study was conducted with the aim of analyzing time management among students in Campus of Agriculture and Natural Resources of Razi University of Kermanshah. The statistical population of the study was 1866 people who 258 people were selected as a sample using simple random stratified sampling method. The results showed that the time management skills for most students are average. Time management is not affected by gender, course of study (day or night) and marital status; at the same time, students' place of residence, occupation and level of education affect their time management skills. Accordingly, the time management skills of doctoral students are at a higher level than those of postgraduate and undergraduate students. There is also a significant and positive relationship between time management and students' academic success. In order to improve students' time management skills, some suggestions are proposed. Therefore, improving the time management skills of students, especially non-native students due to control of their parents and lower education students due to their less time management skills should be considered through holding classes and training courses. Also, increasing the time management skills of instructors as their supervising students should be considered in the form of in-service courses.

Key words: Academic success, Time management, Time management skills.

1. Corresponding Author Email: Lida.sharafi@yahoo.com

2. Ph.D. graduated, Associate Professor of Razi University of Kermanshah, Ph.D. student of Tehran University and Assistant Professor of Sari Agricultural Sciences and Natural Resources University, respectively.