

• 调查报告 • doi:10.3969/j.issn.1671-8348.2015.01.028

护理学生学习拖延现状以及影响因素分析*

李儒林

(川北医学院人文社科学院,四川南充 637000)

摘要:目的 探讨护理学生的学习拖延现状及其影响因素。方法 选择 224 名护理专业学生,采用心理控制源问卷和拖延量表进行调查。结果 (1)调查的结果显示护理大学生在学习上存在拖延。(2)学生在他人决定任务上的拖延程度显著低于在自我决定任务上的拖延程度($P < 0.05$);自我决定任务上的拖延被认为是更严重的问题($P < 0.01$);自我决定任务上的期望拖延降低显著高于他人决定任务上的拖延($P < 0.05$)。(3)拖延原因项目中的内容被大部分大学生高度认同,说明大学生的拖延原因非常复杂。(4)外控型与内控型的学生相比较,前者总的拖延问题更多($P < 0.01$)。(5)父母文化程度、母亲影响力和内外心理控制源对学生学习拖延行为的预测性最大。结论 护理学生学习上存在拖延,外控型的学生比内控型的学生拖延严重,拖延的原因非常复杂,其中父母的文化程度、影响力对学生的拖延影响非常显著。

关键词:学生,护理;问卷调查;学习拖延;心理控制源

中图分类号:R395.9

文献标识码:A

文章编号:1671-8348(2015)01-0080-04

An analysis of the academic procrastination condition and its influential factors among the nursing students*

Li Ruling

(Department of Humanities and Social Sciences, North Sichuan Medical College, Nanchong, Sichuan 637000, China)

Abstract: Objective To explore the nursing students' academic procrastination situation and its influence factors. **Methods** Two hundred and twenty-four nursing students were chosen as the test subjects by using questionnaires of the locus of control scale (LCS) and the procrastination Scale. **Results** (1) Nursing students survey showed academic procrastination. (2) The procrastination condition in the others-decided tasks was obviously lower than that of the self-decided tasks ($P < 0.05$), which was considered by himself as a serious issue ($P < 0.01$). While the expectation for procrastination decrease was significantly higher in the self-decided tasks ($P < 0.05$). (3) A large number of students highly recognized the factors which meant very complex. (4) The external control type students were more serious than the internal control type ($P < 0.01$). (5) Maximal predictions were based on the parents' educational background as well as mothers influence, and internal and external locus of control on students' academic procrastination behaviors. **Conclusion** Procrastination situation exists among the nursing students. The external control type students are more serious than the internal control type. The factors are very complex, among which parents' educational background and their influence are greatly evident.

Key words: students, nursing; questionnaires; academic procrastination; locus of control

近几年在医学院校,报考护理专业学生的人数越来越多,但大多数学生在报考之前,并未对该专业进行深入了解。学生进入大学后,特别是进入高年级开始临床见习和实习之后与临床其他专业相比较,造成的心理落差很强烈,因而部分护理学生开始厌倦学习,从而导致学习拖延。国内外学者对拖延进行了研究,并根据自己研究视角对学习拖延加以界定,有些学者认为学习拖延是不必要地拖延学习任务,因此导致心理不适感。另一些学者则认为学习拖延与心理不适感之间的相关程度非常低。Senecal 等^[1]和 Steel 等^[2]强调学习拖延是一种非理性行为,认为学习拖延是非理性地延迟或拒绝完成学习任务。Ferrari 等^[3]则认为学习拖延是一种理性行为。国内学者陈宝华关于学习拖延定义是:在学习情景中的拖延。学生具有开始学习任务的意向,但是并没有与意向相应的行为表现,通常会产生与预期不同的学习结果。在这个过程中还伴随着负性的情绪体验,如焦虑不安、抑郁、失落等^[4]。本研究希望针对护理学生的学习拖延现状及其影响因素进行探讨,以期给予护理大学生正确的指导和管理。

1 资料与方法

1.1 一般资料 从四川省 2 所医学院随机抽取护理系学生 260 人,大一学生 58 人,大二学生 63 人,大三学生 67 人,大四学生 72 人。

1.2 方法

1.2.1 抽样方法 按年级进行分层随机抽取护理学院学生,共发放问卷 260 份,回收 224 份有效问卷。问卷中包括大学生学习拖延量表(PASS),成人内/外控量表(ANSIE)等。并对问卷进行分析,调查护理学生学习拖延概况及学习拖延的影响因素。

1.2.2 研究工具

1.2.2.1 PASS 测量 采用陈宝华修订的 PASS^[4]。原量表包括 2 个部分,第 1 个部分测量拖延程度(共 18 个项目),第 2 个部分测量拖延的原因(共 26 个项目)。第 1 个部分拖延量表包含了 3 个项目,6 种任务。其中 3 种任务是他人决定的学习任务,另 3 种是自我决定的学习任务。本研究把期末考试复习、作业完成和管理任务作为他人决定学习任务,把为自己设

* 基金项目:四川省教育厅重点项目课题(11SA143)。 作者简介:李儒林(1975—),副教授,硕士,主要从事心理学人格方向研究。

置的个人发展 3 种目标定位作为自我决定学习任务。自我决定任务拖延程度的重测信度为 0.62,他人决定任务拖延程度的重测信度为 0.71,说明修订后的 PASS 具有很好的信度,量表的结构效度与原量表保持一致,因此也具有较好的结构效度。本研究要求被测试者(下文简称被试)在李克特五点量表上对其评分,其中拖延项目得分为 5 或 4 被认为是高度拖延程度,学习拖延的问题得分为 5 或 4 被认为是高拖延问题,在期望高拖延降低中得分为 5 或 4 被认为是高拖延降低期望。

1.2.2.2 ANSIE 测量 采用 Nowicki-Strickland 测量被试心理控制源的类型,量表共 40 个项目,被试反应为“是”或“否”。量表得分范围为 0 分(内控)至 40 分(外控),分数越高,被试的外控倾向越强。大学生常模的平均数为 9.1,标准差为 3.9。该量表的半信度大多在 0.74 和 0.86 之间。外控型通常是外界力量成为个人生活中的主导作用;内控型通常是自身在生活事件占主导作用,成功是个人努力的结果。本研究中被测试的学生分为外控型 124 例,内控型 104 例。

1.3 统计学处理 以班级为单位,使用统一的指导语进行集体实测。采用 SPSS13.0 软件包进行统计分析,对数据进行统计描述,计量资料采用 *t* 检验,以学习拖延行为为因变量,将父母文化程度、母亲影响力和内外心理控制源作为自变量进行回归分析,检验水准 $\alpha=0.05$,以 $P<0.05$ 为差异有统计学意义。

2 结 果

2.1 护理学生学习拖延概况

2.1.1 护理学生学习拖延 表 1 中高拖延程度总体占 19.8%,高拖延问题总体占 20.0%,高拖延降低期望总体高达 26.1%,可以看出护理学生中拖延严重占有相当比例。同时,认为这种现象是个严重问题,期望及时纠正者也有相当比例。

2.1.2 他人决定任务和自我决定任务上的学习拖延比较 护理学生在他人决定任务上的拖延程度显著低于在自我决定任

务上的拖延程度($P<0.05$);自我决定任务上的学习拖延问题程度更严重($P<0.01$);在自我决定任务上的降低拖延期望程度显著高于他人决定任务上的拖延降低期望程度($P<0.05$),见表 2。

表 1 不同类型任务上的拖延频率(%)

任务类型	高拖延程度	高拖延问题	高拖延降低期望
期末考试复习	15.1	18.7	25.1
课程作业完成	23.1	10.1	20.9
管理任务	11.5	10.1	24.4
他人决定任务	16.6	13.0	23.5
自我决定任务	23.0	27.0	28.7
总体情况	19.8	20.0	26.1

表 2 两类学习任务上拖延状况统计结果

项目	拖延程度		拖延问题程度		降低拖延期望程度	
	M	SD	M	SD	M	SD
他人决定任务	2.57	0.83	2.50	0.83	2.76	1.10
自我决定任务	2.86	0.84	3.09	0.92	2.91	1.41
<i>t</i>	-2.42 ^a		-4.34 ^b		-2.64 ^a	

^a: $P<0.05$;^b: $P<0.01$ 。

2.1.3 拖延行为原因认同 PASS 测试结果反映,如果被试在拖延原因项目上的评分大于等于 4 将被认为具有高认同原因。从表 3 中可以看出,仅仅只有项目 14(我害怕自己学习太好遭人嫉妒)的认同度非常低(11 人,4.9%),护理学生在其他 25 个项目上的认同较高,说明护理学生的拖延原因普遍涉及这 25 个项目。

表 3 拖延原因项目高认同度($n=224$)

条目	内容	高认同人数(<i>n</i>)	高认同率(%)	含义
1	复习太早,并不能就一定考得好。	106	47.3	害怕失败
2	考试时间没有确定,不知道从哪一门功课开始学习。	125	55.8	难以决定
3	需要有同伴一起复习	70	31.3	依赖性
4	事情太多	50	22.3	合理计划
5	需要请教老师,又不愿意接触。	52	23.2	果断和勇气缺乏
6	对考试没有信心。	104	46.4	焦虑
7	我讨厌参加考试。	58	25.9	反对控制
8	我不知道能否复习好。	69	30.8	低自尊
9	我讨厌期末考试。	83	37.1	厌恶任务
10	考试给我的压力实在太,导致身体不舒服。	70	31.3	厌恶任务
11	我不喜欢寻求别人帮助我复习。	40	17.9	果断和勇气缺乏
12	我喜欢临时抱佛脚。	93	41.5	冒险
13	我难以定计划。	86	38.4	难以决定
14	我害怕自己学习太好遭人嫉妒	11	4.9	担心成功
15	我对考试不自信。	87	38.8	不自信
16	复习功课总让我萎靡不振。	83	37.1	懒惰
17	我需要花太长时间准备复习。	132	58.9	厌恶任务

续表 3 拖延原因项目高认同度($n=224$)

条目	内容	高认同人数(n)	高认同率(%)	含义
18	我喜欢等到最后一刻才开始复习所带来的挑战。	53	23.7	冒险
19	我认为很多人和我一样没有开始复习。	39	17.4	人际压力
20	我讨厌为了考试而复习。	121	54.0	反对控制
21	我怀疑自己不能满足自我期望。	127	56.7	完美主义
22	做得太好,我担心别人对我的要求越来越高。	34	15.2	担心成功
23	我期待更多考试信息出来之后再复习。	115	51.3	依赖性
24	我怀疑自己达不到制定的目标。	48	21.4	完美倾向
25	我太懒于复习。	119	53.1	懒惰
26	太多朋友占据我的复习时间,但有无法拒绝。	65	29.0	人际压力

2.2 护理学生学习拖延的影响因素

2.2.1 心理控制源对学习拖延的影响 ANSIE 测量结果提示:外控型的学生在自我任务决定($P<0.01$)上的拖延更严重;在他人决定任务上,外控型学生在他人决定任务问题拖延问题程度($P<0.01$)更严重;外控型学生在自我决定任务期望降低拖延($P<0.01$)上的更强烈。外控型与内控型的学生相比较,前者总体拖延问题更多($P<0.01$),见表 4。

表 4 内外控型的学生拖延状况比较

项目	n	M	SD	t
他人决定任务拖延程度				0.935
内控型	104	2.474 4	1.744 19	
外控型	124	2.688 2	1.851 95	
自我任务决定拖延程度				5.345 ^a
内控型	104	2.692 3	2.768 43	
外控型	124	5.994 6	2.880 36	
自我决定任务问题程度				0.036
内控型	104	2.903 8	0.943 58	
外控型	124	3.258 1	0.880 21	
他人决定任务问题程度				4.458 ^a
内控型	104	2.352 6	2.797 55	
外控型	124	4.629 0	2.846 06	
自我决定任务期望拖延降低				3.345 ^a
内控型	104	2.615 4	3.438 24	
外控型	124	4.177 4	2.334 31	
他人决定任务期望拖延降低				0.201
内控型	104	2.519 2	1.076 20	
外控型	124	2.983 9	1.062 50	
总体拖延				3.156 ^a
内控型	104	2.590 8	2.621 74	
外控型	124	4.963 3	2.609 40	

^a: $P<0.01$ 。

2.2.2 父母文化程度、母亲影响和心理控制源对拖延行为的回归分析 回归分析表明:父母文化程度、母亲影响力和内外心理控制源对学生学习拖延行为的预测性较大(表 5),说明护理学生的拖延行为与这些变量存在密切关系。

表 5 人口变量、内外心理控制源与学习拖延行为的回归分析

自变量	β	t	调整后的 R^2	P
父母文化程度	-0.163	-3.833	0.058	<0.01
母亲影响力	-0.132	-3.549	0.043	<0.01
内外心理控制源	-0.175	-3.949	0.039	<0.01

3 讨 论

3.1 护理大学生学习拖延概况讨论 在他人决定任务上高拖延的概率是 16.6%,高拖延降低期望的概率是 23.5%。在自我决定的学习任务上高拖延的概率是 23.0%,认为这种拖延是问题的概率是 27.0%,高拖延降低期望的概率是 28.7%。说明护理学生在他人决定任务(如期末考试复习、课程作业完成和服从学校院系管理必须完成的任务)上的拖延低于自我决定任务,其结果与以往的研究有所不同^[5]。学校对学习成绩有一定的要求,也有相应的奖惩措施,大部分学生还能够按照规定完成,学生也可以得到很多实惠和激励,如奖学金和评优等,因此他们大部分会重视专业学习。但是规定之外的学习任务,学生要有一个过程才能实现,没有外在的监督,基本靠学生自觉完成,很多学生会因为外在的诱惑(如上网等)而造成学习拖延,甚至放弃学习。学生在填写自我决定目标任务中,有部分的学生写了自己的目标是找到一个满意的工作,部分学生认为通过英语四、六级是自己的目标,少数学生认为考研也是自己的目标。从所列举的自我决定任务的内容可以看出,这些目标基本是中期目标,考研或找工作是在未来的要完成的目标,且部分大学生还在工作和考研的选择中犹豫不决,容易导致拖延。他人决定任务如期末考试、课程作业和学校院系管理任务是学生们必须要完成的,这些任务是短期目标,是一系列迫在眉睫的事情,并且有时间和质量要求,因此,拖延的概率较低。

3.2 护理大学生学习拖延原因 从拖延原因的认同度可以看出,具有 40%以上的高认同的原因有厌恶任务、完美主义、懒惰、依赖、难以决定、害怕失败、焦虑、冒险和反对控制。由此可见,很多大学生不太喜欢做自己不喜欢的任务,即使做这类事情,在很大程度上会出现一拖再拖。也有部分学生是完美主义者,做任何事情都力求完美,担心失败,如果没有达到预期的要求,往往造成事情不能按预期完成,在有关的研究中也发现拖延与神经症中的焦虑、抑郁、脆弱等因素具有相关性。有关的研究还发现,大学生中完美主义者与非完美主义者比较,前者

造成的拖延更严重^[6]。因此也可以说明大学生的拖延与学生的个性特质有着密切的关系^[7-9]。部分学生长期养成任何事情父母做决定的依赖思想,所以当自己要决定一件事情就非常困难,情绪上出现抵触、犹豫不决和焦躁不安,最终导致事情拖延^[10]。从难以决定、懒惰和紧张的角度还可以进一步解释护理学生在自我决定任务上的拖延现象。

3.3 护理大学生学习拖延影响因素 通过内外控制源对学习拖延的调查结果发现,外控型的学生在自我任务上的拖延更严重;外控型的学生在他人决定任务中认为拖延使问题的程度更严重;外控型的学生在自我决定任务中期望降低拖延更强烈。外控型与内控型的学生相比较,前者的拖延问题更多。其结果与其他研究结果一致,拖延行为与外控型呈正相关,与内控型呈负相关^[11-12]。因为外控者主要是迫于一种权威压力行事,缺乏主观积极性和自我良好的时间安排,做事喜欢一拖再拖,常常抱有一种侥幸心理。如果没有外在的约束,外控型的人较难按时完成任务,由于没有达到目标,外控型的人心理挫败感很强,他们也急切希望能够降低拖延状况。由于外控型的这种人格特质,他们的拖延会出现在各种类型的任务上,特别是在他人决定任务中,外在的要求和压力更大,外控型的人也会因为拖延事情,常常导致内疚和自责。而内控型的个体通常依据自己的判断做出决定,提前制订计划,做好充分的准备,全力以赴做事,因此很少感受时间压力。在回归分析中,父母文化程度、母亲影响力和内外心理控制源对学生学习拖延行为的预测性最大,父母的文化程度会在一定程度上决定他们对待子女的教养方式,父母的文化程度越高,对孩子的管理越有计划,孩子的学习时间管理越合理,在一定程度上可以避免学习拖延。在一个家庭中母亲影响力最大,母亲的影响力与学生拖延行为之间有着显著的负相关,母亲更多地关注孩子的学习,学生学习更有计划,能更好地做好时间管理。相反,如果父亲是权威,父亲的专断行为与拖延之间存在显著相关,当孩子长期处于一种高权威压制下,会在一定程度上压抑孩子自己的内在决定,造成孩子的拖延程度增强趋势。

3.4 建议 通过以上的研究,为了降低护理大学生的拖延状况,需采取一定措施。一方面通过制定相应的措施,加强大学生的时间管理,如时间价值感、时间监控感和时间效能感的形成,在一定程度上降低大学生的学习拖延^[13];另一方面通过团体辅导的方式,强化大学生的时间管理的重要性^[14]。制定可操作性的计划及能增强自我效能感的团体活动,改善大学生拖延的问题。

参考文献:

- [1] Senecal C, Julien E, Guay F. Role conflict and academic procrastination: a self-determination perspective[J]. *Eur J Soc Psychol*, 2003, 33(1): 135-145.
- [2] Steel P. The nature of procrastination: a meta-analytic and theoretical review of quintessential self-regulatory failure[J]. *Psychol Bull*, 2007, 133(1): 65-94.
- [3] Ferrari JR, Diaz-Morales JF. Procrastination: different time orientations reflect different motives[J]. *J Res Pers*, 2007, 41(3): 707-714.
- [4] 陈保华. 大学生学习拖延初探[D]. 上海: 华东师范大学, 2007.
- [5] Watson DC. Procrastination and the five-factor model: a facet level analysis[J]. *Pers Individ differ*, 2001(30): 149-158.
- [6] 庞维国. 大学生学习拖延研究综述[J]. *心理科学*, 2010, 33(1): 147-150.
- [7] 张传花, 司继伟, 张宝成. 学习拖延影响因素研究述评[J]. *山东理工大学学报: 社会科学版*, 2010, 26(1): 106-109.
- [8] 黄晗. 大学生目标取向、自我效能及价值与学业拖延的关系研究[D]. 长春: 东北师范大学, 2006.
- [9] 庞维国, 韩贵宁. 我国大学生学习拖延的现状与成因研究[J]. *清华大学教育研究*, 2009, 30(6): 59-65, 94.
- [10] 高丽娜, 李丽娜, 闫亚曼. 大学生时间管理倾向与心理控制源、一般自我效能感的相关研究[J]. *中国健康心理学杂志*, 2009, 17(7): 838-840.
- [11] 田芊, 邓士昌. 心理控制源在时间管理倾向影响唤起性、回避性两类拖延行为中的不同中介作用[J]. *心理科学*, 2011, 34(2): 348-353.
- [12] 包翠秋, 张志杰. 拖延现象的相关研究[J]. *中国临床康复*, 2006, 10(34): 129-132.
- [13] 李洋. 大学生学习拖延及干预研究[D]. 天津: 天津大学, 2010.
- [14] 代丽男. 团体辅导对改善中学生学业拖延的实证研究[D]. 呼和浩特: 内蒙古师范大学, 2011.

(收稿日期: 2014-08-08 修回日期: 2014-10-10)

(上接第 75 页)

- Mol Cell Biol, 2007, 8(1): 23-36.
- [12] Heo I, Kim VN. Regulating the regulators: posttranslational modifications of RNA silencing factors[J]. *Cell*, 2009, 139(1): 28-31.
 - [13] Miller AD, Miller DG, Garcia JV, et al. Use of retroviral vectors for gene transfer and expression[J]. *Methods Enzymol*, 1993, 217: 581-599.
 - [14] Lewis P, Hensel M, Emerman M. Human immunodeficiency virus infection of cells arrested in the cell cycle[J]. *EMBO J*, 1992, 11(8): 3053-3058.
 - [15] Lewis PF, Emerman M. Passage through mitosis is re-

quired for oncoretroviruses but not for the human immunodeficiency virus[J]. *J Virol*, 1994, 68(1): 510-516.

- [16] Escors D, Breckpot K. Lentiviral vectors in gene therapy: their current status and future potential[J]. *Arch Immunol Ther Exp (Warsz)*, 2010, 58(2): 107-119.
- [17] Mctaggart S, Al-Rubeai M. Retroviral vectors for human gene delivery[J]. *Biotechnol Adv*, 2002, 20(1): 1-31.
- [18] Pluta K, Kacprzak MM. Use of HIV as a gene transfer vector[J]. *Acta Biochim Pol*, 2009, 56(4): 531-595.

(收稿日期: 2014-08-08 修回日期: 2014-10-19)