

云南省大学生学业拖延现状的调查分析¹

杨奎

云南工商学院 云南 昆明 651701

【摘要】大学生作为促进未来时代发展和社会进步的主力军，肩负着全面建设小康社会的历史重任，其综合素质和学业能力的提高对于推进社会主义市场经济建设具有重要作用。但是学业拖延已成为大学生日益普遍的日常行为表现形式，不仅对大学生学业水平和综合素质的提升造成了严重的负面影响，更是阻碍了学校教育质量，甚至整体国民教育质量的提升。如何有效降低大学生学业拖延的倾向性，已成为高等院校教育教学工作的重要关注点。本文通过对云南省大学生学业拖延现状进行调查发现，云南省大学生的学业拖延程度总体上处于中等水平，而表现出的降低拖延的期望较高。从具体的学业任务来看，大学生在考试复习中表现出来的拖延水平最高，在参与任务，如参加班级活动或社团活动等表现出来的拖延水平最低。

【关键词】学业拖延；大学生；云南省；问卷调查

1 研究背景

大学生作为促进未来时代发展和社会进步的主力军，肩负着全面建设小康社会的历史重任，其综合素质和学业能力的提高对于推进社会主义市场经济建设具有重要作用。但国内外的诸多学者研究发现，拖延现象已日益渗透到大学生学习生活的各个方面。Solomon & Rothblum (1984) 的相关研究表明：“50% 的大学生存在学业拖延行为”，Ellis & Knaus (1997) 指出，绝大部分的大学生 (95%) 会出现拖延行为。我国学者高旨利 (2015) 研究发现，大学生的学业拖延水平处于中等程度，其中，完成老师布置作业的拖延最严重的。由此可见，拖延行为广泛存在于大学生的学业活动中，影响了他们的学习效率、学习状态和学业成绩，更严重的是这种拖延会引发焦虑、抑郁等负面心理情绪，影响大学生的健康可持续发展 (陈红丽, 2008; 曹云, 2015; 贾佳, 2019)，更是阻碍了学校教育质量，甚至整体国民教育质量的提升。因此，如何有效降低大学生学业拖延的水平和倾向性，对于促进学生自身发展和学校教育质量提升具有重要的现实意义。

2 问卷设计

本文采用问卷调查的方式，深入了解和分析大学生学业拖延的现状、程度和认知情况。本问卷共包括两个部分：一是大学生的基本信息，包括性别、年级、专业类型、生源地等，采用单选题的形式；二是大学生学业拖延的现状，设计了 5 种学业任务：撰写学期论文、考

试复习、完成每周的课程作业，参与任务：与老师辅导员开会、参加班级活动或社团活动等，完成学校、院系、班级布置的任务等，共 15 个问题，均采用 Likert 5 级量表，数字 1-5 分别代表从不、几乎不、有时候、经常、总是。

3 数据分析

3.1 样本描述性统计分析

本文采用电子问卷的方式，借助问卷星平台进行发放，共回收问卷 706 份，其中有效问卷 685 份，有效问卷率 97.03%，调查时间集中 2020 年 5 月 -6 月。根据 Gorsuch (1983) 的观点，实证分析的量表题项数与受试者的比例最好为 1: 5，且样本量不得少于 100，本文共回收 685 份有效问卷，能有效满足数据分析的要求。

此次调查中，男生 276 人，女生 409 人，占比分别为 40.29% 和 59.71%，女生的数量明显多于男生。就生源地而言，大部分来自农村，共 492 人，占比为 71.82%，来自城镇的 193 人，占比 28.18%。

从年级分布情况来看，大二、大三学生占主体，分别为 229 人和 294 人，占比达到 33.43% 和 42.92%，大一 64 人，占比 9.4%，大四 98 人，占比 14.31%。

从专业类型分布情况来看，主要集中于经管法类专业，共 478 人，占比 69.78%，理工类 67 人，占比 9.78%，文史哲和医学类分别为 44 人和 21 人，占比 6.42% 和 3.0%，其他类 75 人，占比 10.95%。

¹ 项目来源：云南省教育厅资助项目《基于延迟满足视角的大学生学业拖延干预机制研究》(项目编号：2020J0936)

3.2 大学生学业拖延的现状分析

据表 1 可知,大学生学业拖延水平中等偏下,平均值为 13.94,标准差为 4.30,低于中间值 15;拖延带来的麻烦程度的平均值为 14.79,标准差为 4.36,非常接近 15 这一中间值;降低拖延的期望的平均值为 16.46,标准差为 4.90,高于 15 这一中间值,这说明大学生学业拖延水平总体不高,而降低拖延的期望水平较高。

表 1 大学生学业拖延总体情况

变量	Mean	Std. Deviation	Minimum	Maximum
拖延水平	13.94	4.30	5.00	25.00
拖延带来的麻烦程度	14.79	4.36	5.00	25.00
降低拖延的期望	16.46	4.90	5.00	25.00

根据胡春宝(2008)关于学业拖延测量问卷的计分标准,5-10分为低度拖延,10-20分为中度拖延,高于20分为高度拖延。根据表2和图1所示,在685名调查对象中,高拖延水平、中等拖延水平、低拖延水平的分别有68人、469人和148人,占比分别为9.9%、68.5%和21.6%;认为拖延带来麻烦的程度高的有94人,占总人数的13.7%,认为拖延带来麻烦的程度中等的有477人,占总人数的69.6%,认为拖延带来麻烦的程度低的有114人,占总人数的16.6%;降低拖延的期望水平高、中等、低的分别有202人、388人、95人,分别占比为29.5%、56.6%、13.9%。

表 2 拖延水平、拖延带来麻烦的程度、降低拖延的期望频数分布

分组	拖延水平		拖延带来麻烦的程度		降低拖延的期望	
	Frequency	Valid Percent	Frequency	Valid Percent	Frequency	Valid Percent
高	68	9.9%	94	13.7%	202	29.5%
中	469	68.5%	477	69.6%	388	56.6%
低	148	21.6%	114	16.6%	95	13.9%

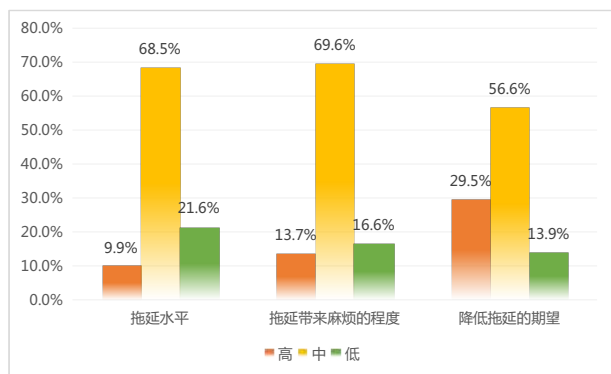


图 1 拖延水平、拖延带来麻烦的程度、降低拖延的期望频数分布

根据不同学业任务类型中所表现的拖延水平情况来看(表3、图2),五种学业任务中,大学生在考试复习中表现出来的拖延水平最高(M=2.98),其次依次为完成每周的课程作业(M=2.84)、撰写学期论文(M=2.76),完成学校、院系、班级布置的任务(M=2.73)等,在参与任务:与老师或者辅导员开会、参加班级活动或社团

活动等表现出来的拖延水平最低(M=2.64)。

表 3 不同学业任务类型的拖延水平

学业任务类型	Mean	Std. Deviation	Minimum	Maximum
撰写学期论文	2.76	1.046	1	5
考试复习	2.98	1.064	1	5
完成每周的课程作业	2.84	1.095	1	5
参与任务:与老师或者辅导员开会、参加班级活动或社团活动等	2.64	1.159	1	5
完成学校、院系、班级布置的任务等	2.73	1.148	1	5

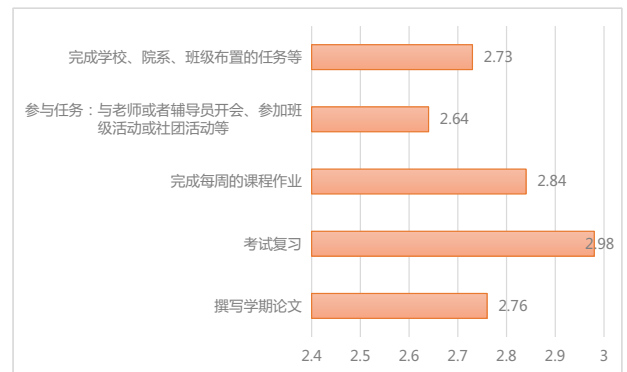


图 2 不同学业任务类型的拖延水平

从不同学业任务类型的高、中等、低拖延水平的分布情况来看(表4、图3),在撰写学期论文过程中,高拖延水平的占比为20.0%,中等拖延水平的占比为44.5%,低拖延水平的占比为35.5%;在考试复习过程中,高拖延水平所占的比例为29.5%,中等拖延水平所占的比例为41.2%,低拖延水平所占的比例为29.3%;在完成每周的课程作业过程中、高、中等、低拖延水平所占的比例分别为25.5%、40.4%、34.0%;在参与任务中,如与老师或者辅导员开会、参加班级活动或社团活动等,高拖延水平的占比为22.3%,中等拖延水平的占比为32.0%,低拖延水平的占比为45.7%;在完成学校、院系、班级布置的任务中,高、中等、低拖延水平的占比分别达到了23.5%、36.2%和40.3%。

表 4 不同学业任务类型的拖延水平情况频数分布

学业任务类型	高拖延	中等拖延	低拖延
撰写学期论文	20.0%	44.5%	35.5%
考试复习	29.5%	41.2%	29.3%
完成每周的课程作业	25.5%	40.4%	34.0%
参与任务:与老师或者辅导员开会、参加班级活动或社团活动等	22.3%	32.0%	45.7%
完成学校、院系、班级布置的任务等	23.5%	36.2%	40.3%

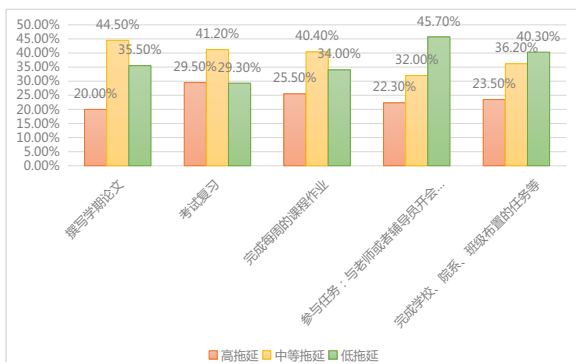


图 3 不同学业任务类型的拖延水平情况频数分布

4 大学生学业拖延干预策略分析

本文通过数据分析发现，大学生在不同的学业任务类型中均表现出一定的拖延行为，其中考试复习过程中的拖延现象最为严重，其次为完成每周的课程作业和撰写学期论文，而要有效降低和改善大学生学业拖延状况，应充分发挥大学生自身、任课教师和辅导员、学校管理者三大群体的多层次协调联动效应和辐射效应。

4.1 大学生应加强自控能力，追求学习品质

本文通过研究发现，大学生在不同类型的等学业任务中，均表现出不同程度的拖延现象，对于花费时间和精力较多但及时回报较低的任务，拖延现象更为严重，说明学生更关注学业的即时利益而忽视了长远发展。大学生要养成良好的学习习惯，塑造学习态度，追求学习品质，提高学习质量，享受学习过程，学习的结果自然“水到渠成”，同时还需意识到，“学习要经得起风雨，方能目睹彩虹，要耐得住寂寞，才能守住繁华”。

4.2 任课教师应优化课程设计，提升学习兴趣

任课教师在教学过程中，通过优化教学内容设计和安排，适时给予学生发表个人观点的机会，努力创造自

主学习的课堂氛围；同时合理布置学业任务，注重任务的多样性、挑战度、趣味性和新颖性，提升学习的体验度和参与度，调动学习的积极性和主动性；强化以成果为导向的过程性考核，淡化成绩导向和功利求学。

4.3 学校管理者要重视学生特点，构建差异化考核体系

不同年级学生的特点和发展重心的不同：一年级培养学习习惯，适应大学生活，二年级培养良好心态，强化自我管理，三年级知识迁移，融会贯通，四年级回顾总结，步入社会，因此学校管理者应针对不同的年级制定差异化的考核评价体系，以实现考核标准与发展重心、能力培养的匹配性。

【参考文献】

- [1]Ferrari,J.R...Academic Procrastination: Personality Correlates with Myers-Briggs Types Self-efficacy and Academic Locus of Control[J]. Journal of Social Behavior and Personality, 1992, 7(3): 495-502.
- [2]Solomon,L.J.,Rothblum, E. D.. Academic Procrastination: Frequency and Cognitive-behavioral Correlates[J]. Journal of Counseling Psychology,1984,31(4):503-509.
- [3]曹云. 时间贴现、学业延迟满足和未来时间洞察力对大学生学业拖延的影响 [D]. 武汉: 华中科技大学,2015.
- [4]韩贵宁. 大学生学习拖延的现状与成因研究 [D]. 上海: 华东师范大学,2008.
- [5]何明. 中生成就目标定向、学业延迟满足与学业拖延关系的研究 [D]. 哈尔滨: 哈尔滨师范大学,2019.
- [6]姜小燕. 高中生时间管理倾向、学业延迟满足与学业拖延的关系研究 [D]. 曲阜: 曲阜师范大学,2010.
- [7]贾佳. 大学生未来时间洞察力与学业拖延的关系: 学业延迟满足的中介效应 [D]. 太原: 山西财经大学,2019.
- [8]贾思蕾. 成就目标定向对研究生学业拖延的影响 [D]. 兰州: 西北师范大学,2017.