

湖南省 544 名护生拖延行为现状及其与自我效能感和完美主义的关系

刘芷静¹, 石泽亚^{2*}, 陶美伊², 汪健健³

¹湖南师范大学医学院 湖南长沙

²湖南省人民医院(湖南师范大学附属第一医院) 湖南长沙

³中南大学湘雅二医院 湖南长沙

【摘要】目的 探究护生拖延行为现状和影响因素, 及其与自我效能感和完美主义之间的关系。**方法** 采取分层整群随机取样的方法, 抽取湖南省 8 所护理院校共 544 名护生作为研究对象, 采用自编一般情况问卷、Lay 一般拖延量表、一般自我效能感量表、中文版 Frost 多维完美主义量表对其进行调查, 采用 Pearson 相关分析及多元线性逐步回归分析其影响因素。**结果** 护生一般拖延量表总分为 (47.11±10.01), 呈中等水平; 拖延量表总分与自我效能感量表总分呈负相关 ($r=-0.132, P<0.01$); 与完美主义中的“条理性”“父母期望”维度呈负相关, 与“行动的疑虑”“担心错误”呈正相关; 多因素回归分析显示: 条理性、行动的疑虑、担心错误、学历与家庭人均月收入是拖延量表总分的影响因素。**结论** 护生普遍存在拖延行为, 拖延行为与自我效能感、完美主义有一定关系, 其影响因素为完美主义、学历和家庭经济状况。

【关键词】 护生; 拖延行为; 现状; 自我效能感; 完美主义

【基金项目】湖南省哲学社会科学基金项目(18YBA316); 湖南省卫健委科研计划项目课题(202103090830); 全国医药学研究生在线课程建设与教学研究课题(B-YXC20200202-08)

Procrastination of 544 nursing students in Hunan province and its relationship with self-efficacy and perfectionism

Zhijing Liu¹, Zeya Shi^{2*}, Meiyi Tao², Jianjian Wang³

¹School of Medicine, Hunan Normal University, Changsha, Hunan, China

²Hunan Provincial People's Hospital(The First Affiliated Hospital of Hunan Normal University), Changsha, Hunan

³The Second Xiangya Hospital, Central South University, Changsha, Hunan, China

【Abstract】Objective Explore the current situation and influencing factors of procrastination of nursing students and its relationship with self-efficacy and perfectionism. **Methods** A stratified cluster random sampling method was adopted to select 544 nursing students from 8 nursing schools in Hunan Province as the research objects. The self-designed general questionnaire, General Procrastination Scale(GPS), General Self-Efficacy Scale(GSES), and Chinese Frost Multidimensional Perfectionism Scale(CFMPS) were used to investigate it, and Pearson analysis and multiple linear regression analysis were used to analyze its factors. **Results** The total score of procrastination scale of nursing students was (47.11±10.01), which was at a medium level; the total score of procrastination scale was negatively correlated with the total score of Self-Efficacy Scale ($r=-0.132, P<0.01$) and the dimension of “parental expectations,” and positively correlated with “doubts about actions” and “concerns over mistakes”; multivariate regression analysis showed that organization, doubts about actions, concerns over mistakes, educational background, and monthly household income were the factors of the total score of procrastination scale. **Conclusion** The procrastination behavior of nursing students was common and had a special relationship with self-efficacy and perfectionism. The influencing factors of procrastination behavior were perfectionism, educational background, and family financial circumstances.

*通讯作者: 石泽亚

【Keywords】Nursing Students; Procrastination; Currentsituation; Self-Efficacy; Perfectionism

前言

研究显示, 拖延行为 (Procrastination) 在护生群体中是一种普遍存在的现象, 95% 以上的护生在不同程度上受到拖延的影响^[1]。拖延不仅会延迟或放弃生活学习任务, 对良好个性的形成及生活习惯的养成产生不利的后果^[2], 同时将引发如焦虑、羞愧和内疚等的负性情绪, 从而影响身心健康^[3]。国内外研究表明, 延迟行为与自我效能感之间呈明显的负相关关系, 自我效能感能够提高个体主观能动性, 提升学习和生活的兴趣, 减少拖延行为的发生^[4, 5]。低自我效能感的个体容易贻误各项任务, 延迟结束的时间, 而高自我效能感者相反, 同时自我效能感还能有效预测延拖行为^[6]。影响拖延行为的另一主要因素为完美主义, 其中积极完美主义可以负向预测拖延行为, 而消极完美主义则正向预测拖延行为^[7, 8]。目前, 将拖延行为、自我效能感和完美主义三个变量相结合的研究较少, 且集中在大学生群体, 虽然已有关于护生拖延行为的研究, 但在护生群体中同时探究三个变量之间的关系并不多见, 所以本研究通过调查问卷的形式来探究护生拖延行为的现状及影响因素, 同时分析拖延行为和完美主义以及自我效能感的关系, 拓展了研究范围, 以期后续干预和教育提供参考。

1 资料与方法

1.1 一般资料

采用分层整群随机取样的方法, 分别从湖南省 8 所护理院校 (其中 5 所本科, 3 所专科学校) 共抽取 580 名护生为研究对象, 所有护生均为全日制在校护生, 无精神及重大躯体疾病, 能准确理解问卷内容且愿意参加此次调查。获取有效资料 544 人, 其中男 41 人、女 503 人, 年龄 17~28 (20.89±1.31) 岁。学历: 大专 290 人, 本科 230 人, 硕士 24 人; 户口所在地: 农村 347 人, 城镇 197 人; 独生子女 180 人, 非独生子女 364 人。

1.2 方法

(1) 调查工具 ①自编一般情况问卷。包括性别、年龄、民族、学校、学历、户口所在地、是否为独生子女、是否担任班干部、家庭人均月收入等。②Lay 一般拖延量表 (General Procrastination Scale, GPS): 该量表由 Lay^[9]于 1986 年编制, 主要测试

日常生活任务上表现出的拖延行为, 共 20 个项目, 采用 5 分制, “非常不符合”、“比较不符合”、“不能确定”、“比较符合”、“非常符合”分别计 1~5 分, 其中 9 个条目为反向计分, 总分越高代表拖延水平越高。此量表的 Cronbach's α 系数为 0.82, 重测信度为 0.70。③一般自我效能感量表 (General Self-Efficacy Scale, GSES): Ralf Schwarzer 等人于 1981 年编制的一般自我效能感量表, 包括 10 道题目, 采用 Likert 4 点评分法, “完全不正确”、“有点正确”、“多数正确”或“完全正确”分别记 1~4 分, 得分越高, 代表个体自我效能感水平越高。该量表的 α 系数为 0.87, 分半信度为 0.82。本研究采用王才康^[10]于 2001 年翻译修订的中文版。④中文版 Frost 多维完美主义量表 (Chinese Frost Multidimensional Perfectionism Scale, CFMPS)。由 Frost^[11]等人于 1990 年编制, 用以测量完美主义者的典型认知、情绪和行为表现。完美主义由积极完美主义和消极完美主义组成, 积极完美主义包含一个维度即条理性 (OR), 消极完美主义包含四个维度担心错误 (CM)、行动的疑虑 (DA)、父母期望 (PE) 和个人标准 (PS)。CFMPS 共有 27 个题目, 采用 5 分制, “完全不符合”、“有点不符合”、“不能确定”、“有点符合”、“完全符合”分别计 1~5 分, 总分越高代表完美主义水平越高。CFMPS 5 个维度的 Cronbach's α 系数为 0.64~0.81, 重测信度为 0.63~0.82, 瞿非^[12]等人对该量表进行了修订, 适合在中国文化环境下使用。

(2) 资料收集中南大学、湖南师范大学和长沙民政职业技术学院护生的资料由研究人员去学校收集, 南华大学、湖南中医药大学、吉首大学、常德职业技术学院和湘潭职业技术学院的资料来源于中南大学湘雅二医院实习护生。由研究人员负责向护生发放问卷并讲解本研究的目的是和方法, 要求护生在 30 分钟内独立完成, 当场收回。共发放问卷共 580 份, 回收有效问卷 544 份, 有效回收率为 93.79%。

(3) 统计学方法对所收集的资料采用 SPSS22.0 进行描述性分析、单因素方差分析、多因素回归分析和 Pearson 相关分析, 检验水准 $\alpha=0.05$ 。

2 结果

2.1 护生拖延行为、效能感和完美主义得分情况

护生拖延行为、自我效能感和完美主义量表总分分别为 (47.11±10.01) 分, (2.49±0.48) 分, (82.06±12.86) 分。

2.2 护生拖延行为与完美主义、自我效能感的相关性分析见表 1。

拖延量表总分与自我效能感量表总分呈负相关; 与积极完美主义总分 (即“条理性”维度) 呈负相关, 与消极完美主义总分呈正相关。

2.3 护生拖延行为现状的影响因素分析

(1) 单因素分析将 12 项一般资料进行单因素分析, 发现不同户口所在地、不同学历、不同家庭人均月收入的护生其拖延行为得分差异具有统计学意义 ($P < 0.05$)。见表 2。

(2) 多因素分析以护生的拖延行为得分为应变量, 以单因素分析、相关性分析中显示具有统计学意义的变量 (包括户口所在地、学历、家庭人均月

收入、条理性、担心错误、行动的疑虑、父母期望和自我效能感) 作为自变量进行多元逐步线性回归, 设 $\alpha_{入} = 0.05$, $\alpha_{出} = 0.10$, 结果显示条理性、行动的疑虑、担心错误、学历和家庭人均月收入是护生拖延行为的影响因素。见表 3。

表 1 护生拖延行为与自我效能感、完美主义的相关性分析 (r 值、 P 值)

项目	拖延行为	
	r	P
自我效能感	-0.142	0.001
完美主义总分	0.010	0.811
条理性	-0.547	0.000
担心错误	0.344	0.000
行动的疑虑	0.335	0.000
父母期望	-0.090	0.036
个人标准	-0.050	0.246

表 2 护生拖延行为得分的单因素分析

项目		N	拖延行为得分	$F/t/t'$ 值	P 值
性别	男	41	47.95±11.78	0.479	0.634
	女	503	47.04±9.86		
户口所在地	城镇	347	46.28±10.04	-2.578	0.010
	农村	197	48.57±9.80		
独生子女	是	180	47.98±10.65	1.381	0.168
	否	364	46.68±9.66		
民族	汉族	474	47.19±10.12	0.459	0.646
	少数民族	70	46.60±9.27		
党员	是	82	47.26±10.66	0.140	0.888
	否	462	47.09±9.90		
担任班干部	是	275	46.35±10.19	-1.813	0.070
	否	269	47.90±9.77		
学历	①大专	290	45.79±9.93	11.053	0.000
	②本科	230	47.97±9.63		
	③硕士	24	54.92±10.49		
两两比较: ③>②>①					
学制	3 年	282	46.57±10.43	0.855	0.426
	4 年	206	47.71±9.69		
	5 年	56	47.63±8.93		
家庭类型	双亲	424	47.22±10.22	1.183	0.307
	单亲	32	48.94±6.88		
	大家庭	88	45.92±9.90		
家庭人均月收入	①小于 1000	49	44.91±10.60	2.546	0.027
	②1000-1999	162	46.31±9.65		
	③2000-2999	142	46.22±9.05		
	④3000-3999	76	48.13±10.32		
	⑤4000-4999	59	49.66±10.87		
	⑥大于 5000	56	49.57±10.75		
两两比较: ⑤,⑥>①,②,③					

表 3 护生拖延行为的影响因素分析 (n=544)

自变量	偏回归系数 <i>b</i>	标准化回归系数 <i>b'</i>	<i>t</i> 值	<i>P</i> 值	<i>R</i> ²	<i>F</i> 值	<i>P</i> 值
常量	58.575		19.245	0.000	0.464	93.174	0.000
条理性	-1.364	-0.512	-16.058	0.000			
行动的疑虑	0.796	0.243	6.670	0.000			
担心错误	0.376	0.190	5.203	0.000			
学历	2.233	0.130	4.054	0.000			
家庭人均月收入	0.634	0.092	2.891	0.004			

3 讨论

3.1 湖南省护生拖延行为普遍呈中等水平

本研究结果显示, 护生一般拖延量表总分为 (47.11±10.01) 分, 处于中等水平, 表明护生拖延状况普遍存在。本研究的结果低于张宇^[13]等对广州市护生的研究得分 (54.27±7.91) 分, 但较程真真^[14]对北京市护生的研究得分 (42.73±9.89) 分较高, 可能与文化差异和地理环境不同导致护生的生活和学习习惯互异, 也可能与研究的方法、样本量的大小等影响研究结果有关, 从而作用其拖延行为的程度。

3.2 护生拖延行为的影响因素分析

本研究中湖南地区农村户口的护生 (48.57±9.80) 较城镇户口的护生 (46.28±10.04) 拖延得分高, 可能与农村教育资源的缺乏有关, 导致农村护生所获取的信息落后, 学习效率较低。同时, 农村护生所面临的困难较城镇护生的更多, 因不仅要担负学业的压力, 来自生活上的压力也对他们造成了影响, 使其产生更多的拖延行为。本研究中学历与家庭人均月收入对拖延行为具有正向预测作用, 表明学历层次越高, 学习任务越多, 学业压力便越大, 导致其拖延行为相对越严重。研究表明^[15], 大多数研究生在面对学业任务时存在不到最后一刻不完成, 或者在最后期限内才刚刚启动的现象。原因可能与我国护理高校对护生管理相对宽松, 高学历护生拥有更多的自由时间来自支配, 我国学生在义务教育阶段接受的为应试教育, 学习过程大多是在他人的督促下完成, 如果高学历层次护生没有良好的自我管理能力和高学业压力下就会出现更多拖延行为。本研究中护生家庭经济状况越差, 其拖延行为越少, 说明家庭收入越低的护生越珍惜和坚信教育与知识的力量, 使之更加善于规划时间, 自我要求严格, 会积极主动地完成学习和生活中的任务。

以上结果提示我们, 在教学工作中, 护理教育者应注意培养学生自我管理能力和培养其学习的主观能动性, 有指向性地加强学习教育, 面对不同生活阅历和学习背景的护生, 有针对性地给与帮助和关注, 及时引导未能在有限时间内完成任务的护生。同时, 在日常生活中, 家长也要以身作则, 为护生的健康成长做好榜样。

3.3 护生拖延行为与自我效能感的相关性分析

自我效能感是指一个人在执行工作和任务的过程中, 对其自身能力的自信水平^[16]。本研究中, 拖延行为与自我效能感呈负相关, 自我效能感越低, 拖延行为越严重, 与既往研究结果一致^[17, 18]。当个体的成功次数越多会使其更有信心, 而失败次数增多会使其消沉, 甚至怀疑自己的能力。自我效能感水平较高的护生, 较少表现拖延行为, 因为其通常具有积极乐观的态度并相信自己有解决困难的信心, 个体对自己的能力的评价是积极、客观的, 在面对学习和生活压力时, 能准确把握方向, 恰当地掌控时间, 在限定的时间范围内完成任务。相反, 自我效能感水平较低的护生, 对学习的主观自我评价较低, 会产生消极的负性情绪^[19]。如果个体感到焦虑、紧张和愧疚等消极情绪时, 多少会看低自己的实力, 执行任务时会犹豫不决, 产生更多拖沓的行为。护生不仅需要掌握大量的专业知识和操作技能, 还需要具备积极健康的心态来面对在职业生涯中出现的各种挑战。因此在教学中, 教育者应正确引导护生面对困难采取积极恰当的应对方式, 建立自信心, 在学习、工作和生活中, 即便出现失误和差错, 也能进行合理有效的处理。

3.4 护生完美主义对拖延行为的影响

在大学生群体中完美主义人群的占比很大, 并且有研究^[20]证实完美主义是影响拖延行为的因素之一, 本研究也验证了这个结果。马珺^[21]等在对大学

生中文 Frost 完美主义常模的探究中提出 70~90 为完美主义倾向, 本研究中护生的完美主义总分为 (82.06 ± 12.86) 分, 可知护生有完美主义倾向。完美主义的个体因为过度担心错误的行为, 害怕失败的结局, 注重过高的要求和现实之间的差距等, 所以更容易产生拖延行为。“条理性”维度, 是指过分强调整洁, 具有挑剔和苛刻的倾向, 属于积极完美主义特质。本研究中“条理性”与拖延行为的相关性较高 ($r = -0.547, P < 0.01$), 且进入回归方程作为拖延的影响因素, 这与张元祝^[22]的研究结果一致, 表明具备积极完美主义特质的护生学习和生活中追求完美, 为了取得理想的成绩, 会明确自己的方向, 制定积极可靠的目标, 正确合理地安排任务, 从而增加其成功的可能性。研究表明^[23], 适度地追求合理的、切实可行的目标, 并付诸于实际行动等积极完美主义的行为能减少拖延行为的发生, 并且能在一定程度上获得满足感。“行动的疑虑”和“担心错误”维度进入回归方程, 对拖延行为有正向预测的作用。说明护生因专业的特殊性对自我的要求相对较高, 担心自己犯错会受到老师和病人的责罚而产生害怕的心理, 在做出行为之前瞻前顾后, 给自己施加了无形的压力, 这样更容易导致失败, 产生一系列负性情绪, 然而为了缓解负性情绪常常会选择逃避, 从而增加拖延行为的发生率^[24]。拖延行为与“父母期望”维度呈负相关, 即父母期望越高, 拖延行为越少。可能因为父母对孩子期望越高, 家教越严厉, 促使孩子的行动力相对较强, 拖延行为就越少; 相反, 父母对子女期望较低或溺爱, 子女的拖延行为可能会越严重^[17]。

4 小结

综上所述, 湖南省护生普遍存在拖延行为, 且呈中等水平。拖延行为与自我效能感、完美主义具有一定关系, 影响拖延行为的因素为学历和家庭经济状况。教育者应重视护生拖延行为的影响因素, 并通过个体化的干预方式来提升护生的自我效能感, 改善消极的完美主义认知, 从而改进护生的拖延行为, 以期塑造积极向上的精神风貌和良好的身心状态。本次研究仅在湖南省选取了护生作为被试, 样本过于局限, 因此本研究的结果并不能代表所有的护生, 研究结果是否具有适用性和推广性, 需要进一步的考证。

参考文献

- [1] 徐一元, 孙丽娜, 丁淑贞. 护理专业学生学业拖延的研究进展[J]. 中华护理教育, 2020, 17(4): 371-5.
- [2] 庞维国. 大学生学习拖延研究综述[J]. 心理科学, 2010, 33(1): 147-50.
- [3] A W C. Understanding procrastination from a self-regulated learning perspective [J]. Journal of Educational Psychology, 2003, 95(1): 179-87.
- [4] WOLTERS. C A. Understanding Procrastination From a Self-Regulated Learning Perspective [J]. Journal of Educational Psychology, 2003, 1(95): 179-87.
- [5] 包翠秋. 大学生拖延行为与自尊、自我效能感的关系研究[D]. 西南大学, 2007.
- [6] 董成成. 大一新生自我效能感与学业拖延的关系及干预[D]. 上海师范大学, 2018.
- [7] 迟昊阳, 赵冉, 侯志瑾, 林楠. 大学生完美主义与拖延: 成就动机的中介作用[J]. 中国临床心理学杂志, 2012, 20(02): 233-236.
- [8] 费定舟, 马言民. 完美主义真的“完美”吗?——完美主义综述[J]. 中国临床心理学杂志, 2017, 25(03): 566-71.
- [9] LAY C H. At last, my research article on procrastination [J]. J Res Person, 1986, 20(4): 474-95.
- [10] 王才康, 胡中锋, 刘勇. 一般自我效能感量表的信度和效度研究[J]. 应用心理学, 2001, 7(1): 37-40.
- [11] FROST R O, PATRICIA M, CATHLEEN L. The Dimensions of Perfectionism [J]. Cognitive Therapy and Research 1990, 14(5): 449-68.
- [12] 瞿非, 周旭. 中文 Frost 多维度完美主义问卷的信效度检验[J]. 中国临床心理学杂志, 2006, 14(6): 560-3.
- [13] 张宇, 李琨, 林细吟. 广州市 696 名本科护生的拖延行为现状及其与考试焦虑的相关性分析[J]. 护理学报, 2017, 24(19): 34-6.
- [14] 程真真, 刘维维. 实习护生完美主义与时间管理倾向及拖延行为的相关性分析[J]. 护理学报, 2017, 24(11): 34-7.
- [15] 李婧. 硕士研究生学业拖延问题及解决途径研究——基于自我管理能力的培养视角[D]. 山西财经大学, 2017.
- [16] HONICKE T, BROADBENT J. The influence of academic self-efficacy on academic performance: A systematic review [J]. Educational Research Review, 2016 (17): 63-84.
- [17] SIROIS F M. Procrastination and intentions to perform

- health behaviors: The role of self-efficacy and the consideration of future consequences [J]. *Personality and Individual Differences*, 2004, 37(1): 115-28.
- [18] 高旨利. 大学生完美主义、学业自我效能感与学业拖延的关系研究[D]. 山西师范大学, 2015.
- [19] BANDURA A. Self-efficacy: toward a unifying theory of behavioral change [J]. *Psychological Review*, 1977, 84(2): 191-215.
- [20] 刘桂荣, 滕秀芹, 王孟成. 大学生完美主义、学业拖延与手机成瘾的关系: 有调节的中介模型[J]. *中国特殊教育*, 2020, 243(9): 88-96.
- [21] 马珺, 冯泽永, 杨小丽. 大学生中文 Frost 多维完美主义量表常模的探究[J]. *现代预防医学*, 2009, 36(11): 2086-8.
- [22] 张元祝. 大学生学业拖延行为与完美主义、自我意识的关系研究[D]. 苏州大学, 2016.
- [23] STEEL P. The nature of procrastination: A meta-analytic and theoretical review of quintessential self-regulatory failure [J]. *Psychological Bulletin*, 2007, 133(1): 65-94.
- [24] SEO E H. Self-efficacy as a mediator in the relationship between self-oriented perfectionism and academic procrastination [J]. *Social behavior and personality*, 2008, 36(6): 753-64.

收稿日期: 2022 年 1 月 21 日

出刊日期: 2022 年 3 月 24 日

引用本文: 刘芷静, 石泽亚, 陶美伊, 汪健健, 湖南省 544 名护生拖延行为现状及其与自我效能感和完美主义的关系[J]. *国际护理学研究*, 2022, 4(1): 17-22
DOI: 10.12208/j.ijnr.20220005

检索信息: RCCSE 权威核心学术期刊数据库、中国知网 (CNKI Scholar)、万方数据 (WANFANG DATA)、Google Scholar 等数据库收录期刊

版权声明: ©2022 作者与开放获取期刊研究中心 (OAJRC) 所有。本文章按照知识共享署名许可条款发表。<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



OPEN ACCESS