

# 警校生学习动机与学习拖延的关系研究： 职业自我效能感的中介作用

杨茜 周昊天

河南大学教育学部，开封

**摘要** | 此次研究采用学习动机量表、学习拖延量表和职业自我效能感量表对警察学院大学生进行问卷调查。使用SPSS 26.0和Process插件对数据进行分析。结果显示：（1）不同性别的警校生在拖延行为的延迟行动维度上存在显著性差异，女生的学习拖延程度要高于男生。不同性别的学生在学习动机中的能力寻求维度上存在着显著的差异，男生的职业自我效能感明显高于女生。（2）警校生的职业自我效能感、学习动机均与学习拖延呈显著负相关关系，学习动机与职业自我效能感呈显著正相关关系。（3）职业自我效能感在学习动机与学习拖延之间起着部分中介作用。此次研究发现，学习动机可以通过职业自我效能感对学习拖延产生影响，或能对减少警校生的学习拖延起到一定的指导意义。

**关键词** | 学习动机；职业自我效能感；学习拖延

Copyright © 2023 by author (s) and SciScan Publishing Limited

This article is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/). <https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>



## 1 引言

学习拖延是目前在大学生中出现的较为普遍的一种现象，警校生作为一个特殊职业群体，学习拖延也会对其产生一定的不良影响。导致学习拖延的原因有哪些？我们又该如何减少学习拖延行为？在过去的研究中，学习动机与自我效能感是影响学生学习拖延的主要原因。因此，本次研究将从学习动机和学习拖延之间的关系入手，研究警察学院学生的职业自我效能感对学习拖延的影响。

### 1.1 学习动机与学习拖延

塞内卡尔（Senecal）等学者把学习拖延定义为倾向于过分延迟开始或延迟完成学习任务。学生尽管知道要按时完成某一学习任务，却无法做到<sup>[1]</sup>。斯蒂尔（Steel）把学习拖延看作是一种非理性的行为，

通讯作者：杨茜，河南大学教育学部在读研究生，研究方向：心理咨询。

文章引用：杨茜，周昊天. 警校生学习动机与学习拖延的关系研究：职业自我效能感的中介作用 [J]. 中国心理学前沿, 2023, 5 (5): 461-468.

<https://doi.org/10.35534/pc.0505054>

其定义是虽然预料到了拖延会使情况恶化，但仍然愿意拖延学习的行为<sup>[2]</sup>。

目前，国内外许多学者对学习动机与学习拖延的关系进行了深入的探讨，研究发现，学习动机与主动学习行为之间有显著的相关性<sup>[3]</sup>。斯蒂尔还发现，成就动机在学习拖延上起到了很大的作用<sup>[4]</sup>。格兰达（Glenda）和卡里（Karee）的研究显示，当内部学习动力、自我控制能力下降时，拖延行为会增多<sup>[5]</sup>。缪斯、李梅等人对600多位研究生的研究发现，内在的学习动机与学习拖延之间存在着负相关关系，外在的学习动机则与学习拖延之间存在着正相关关系<sup>[6]</sup>。吴吉惠的研究结果显示，学习拖延和学习动机之间存在显著的负相关关系<sup>[7]</sup>。

## 1.2 学习动机与职业自我效能感

近年来，我国许多学者在择业意向和职业价值观方面进行了探讨。方俐洛在中国职业兴趣量表的建构方面做了相当多的工作<sup>[8]</sup>，梁龙娟和其他学者对高校毕业生的职业选择问题进行了讨论<sup>[9]</sup>，赖特和其他学者指出，个体在选择自己的事业时，也会受到自我效能感的影响<sup>[10]</sup>。在过去的一些关于职业选择的研究中发现，自信心不足是造成难以作出决定的一个主要因素。泰勒和其他学者将自我效能的概念引入职业决策中来，从而产生了“职业自我效能感”。职业自我效能感是指个人在寻求工作时，对自己是否能够完成相关工作或任务的信心<sup>[11]</sup>。

国外学者穆罕默德（Mohammed）等对孟加拉国大学生进行了研究，结果显示：自我效能感与内在动机、外在动机之间有显著的关联，而提高自我效能感则会增强其学习动机<sup>[12]</sup>。钱明华等以高中、大学学生为研究对象，发现一般自我效能感与学习动机之间存在着直接相关，也就是说，自我效能感可以在某种程度上预测学习动机<sup>[13]</sup>。

从上述研究可以看出，大学生的学习动机和一般自我效能感之间存在着显著的相关性。然而，以往的研究多侧重于一般自我效能感与学习动机，而对职业自我效能感与学习动机的研究则相对较少。尽管如此，警校生职业自我效能感与学习动机之间仍很有可能存在某种关系，此次研究借鉴了前人的研究方法，在警校生职业自我效能感与学习动机的关系方面开展研究。

## 1.3 职业自我效能感与学习拖延

有确凿的证据显示，自我效能感决定回避行为<sup>[14]</sup>。此外，约翰斯（Johns）从相关文献中发现自我效能感和学习成就产生的动机信念有助于提高和保持自我调节学习<sup>[15]</sup>。也有学者引入完美主义倾向、师生关系、时间管理倾向等中介变量对学习动机与学习拖延的关系进行考察。上述研究大多是以大学生为对象进行的，而对警校生的这一特殊的职业群体研究却很少。警校生的职业自我效能感高时，可能预示着学习动机也较强，且学习拖延行为可能较少。而职业自我效能感低时，可能表明学习动机较低，且学习拖延行为可能较多。

# 2 研究方法

## 2.1 研究对象

本次研究使用问卷的方式对警校生进行调查。本研究共收集了275份调查问卷，其中256份是有效的。

这些学生中有 151 名大四学生，32 名大三学生，62 名大二学生，10 名大一学生。其中男生 96 人，女生 159 人；公安专业 78 人、非公安专业 177 人。

## 2.2 研究工具

### 2.2.1 学习拖延量表

采用改编自陈保华（2007）<sup>[16]</sup>的学习拖延量表（PASS）。该量表共有 10 个题目，分为延迟行动、完成不佳、计划不佳三个维度。使用 5 点计分法。总分越高则越说明个体倾向于学习拖延。此量表的  $\alpha$  系数为 0.90。

### 2.2.2 学习动机量表

采用改编自田澜、潘伟刚<sup>[17]</sup>的大学生学习动机问卷。该量表共 6 个题目，分为能力追求和求知兴趣两个维度，问卷总分越高说明学习动机越强。此次研究中该量表  $\alpha$  系数为 0.73。

### 2.2.3 职业自我效能感量表

采用改编自彭永新和龙立荣（2002）<sup>[18]</sup>的职业决策自我效能感问卷。该量表共 23 个题目。此次研究中问卷  $\alpha$  系数为 0.97，信度较好。此次研究中三个量表总体信度为 0.91，效度为 0.94。

## 2.3 研究程序

对学习动机、学习拖延和自我效能感的研究文献进行查阅，提出研究的问题与假设并编制量表。通过问卷星收集问卷数据，最后对数据进行分析与整理。

## 2.4 数据统计

采用 SPSS 26.0 用以描述性统计、差异检验、相关性分析和回归分析；应用海耶斯（Hayes）开发的 SPSS 宏程序 Process 检验中介效应。

# 3 结果

### 3.1 警校生学习动机、职业自我效能感和学习拖延在性别、专业上的差异分析

对性别、专业和人口学信息进行差异分析，结果如表 1 所示。

表 1 警校生学习动机、职业自我效能感和学习拖延在各个变量上的差异分析 ( $X \pm S$ )

Table 1 Differential analysis of learning motivation, occupational self-efficacy and learning delay ( $X \pm S$ )

变量	延迟行动	完成不佳	计划不佳	能力追求	求知兴趣	职业自我效能感
男 (96)	13.19 ± 4.29	8.33 ± 3.32	8.25 ± 3.2	14.4 ± 2.77	6.68 ± 1.87	83.33 ± 17.96
性别 女 (160)	14.4 ± 3.61	9.1 ± 2.91	8.68 ± 2.9	13.66 ± 2.5	7.01 ± 1.61	82.85 ± 15.85
<i>t</i>	-2.42*	-0.78	-0.66	2.14*	-0.62	2.00*
公安专业 (78)	13.54 ± 3.88	8.19 ± 3.1	8.69 ± 2.86	14.42 ± 2.88	6.83 ± 2.01	81.97 ± 17.66
专业 非公安专业 (178)	14.12 ± 3.93	9.08 ± 3.05	8.63 ± 2.97	13.72 ± 2.49	7.01 ± 1.57	79.98 ± 15.97
<i>t</i>	-1.11	-2.13*	0.16	1.88	-0.74	0.86

注：\* $p < 0.05$ ，\*\* $p < 0.01$ ，\*\*\* $p < 0.001$ 。

### 3.2 警校生学习动机、职业自我效能感和学习拖延的相关分析

从表2可以看出，学习动机与学习拖延存在显著负相关（ $r = -0.25$ ， $p < 0.01$ ），且学习动机与学习拖延的延迟行动维度存在显著负相关（ $r = -0.14$ ， $p < 0.05$ ），与学习拖延的完成不佳维度存在显著负相关（ $r = -0.35$ ， $p < 0.01$ ），与学习拖延的计划不足维度存在显著负相关（ $r = -0.16$ ， $p < 0.05$ ）。学习拖延与学习动机的能力追求维度存在显著负相关（ $r = -0.23$ ， $p < 0.01$ ），与学习动机的求知兴趣维度存在显著负相关（ $r = -0.18$ ， $p < 0.01$ ）。职业自我效能感与学习拖延存在显著负相关（ $r = -0.37$ ， $p < 0.01$ ），且与学习拖延的延迟行动维度存在显著负相关（ $r = -0.27$ ， $p < 0.01$ ），与学习拖延的完成不佳维度存在显著负相关（ $r = -0.41$ ， $p < 0.01$ ），与学习拖延的计划不足维度存在显著负相关（ $r = -0.24$ ， $p < 0.01$ ）。职业自我效能感与学习动机存在显著正相关（ $r = 0.63$ ， $p < 0.01$ ），且与学习动机的能力追求维度存在显著正相关（ $r = 0.52$ ， $p < 0.01$ ），与学习动机的求知兴趣维度存在显著正相关（ $r = 0.55$ ， $p < 0.01$ ）。

表2 学习动机、学习拖延和职业自我效能感的相关分析

Table 2 Correlation analysis of learning motivation, learning delay and occupational self-efficacy

	延迟行动	完成不佳	计划不足	学习拖延	能力追求	求知兴趣	学习动机
能力追求	-0.13*	-0.30**	-0.16*	-0.23**			
求知兴趣	-0.09	-0.29**	-0.10	-0.18**	0.39**		
学习动机	-0.14*	-0.35**	-0.16*	-0.25**	0.90**	0.75**	
职业自我效能感	-0.27**	-0.41**	-0.24**	-0.37**	0.52**	0.55**	0.63**

注：\* $p < 0.05$ ，\*\* $p < 0.01$ ，\*\*\* $p < 0.001$ 。

### 3.3 警校生学习动机、职业自我效能感和学习拖延的中介分析

应用SPSS宏程序Process3.3（Model 4）检验职业自我效能感的中介作用，可以发现，从学习动机到学习拖延有两条路径：一个是通过影响职业自我效能感影响预测学习拖延（ $p < 0.01$ ）；一个是直接影响学习拖延（ $p < 0.01$ ）。

表3 职业自我效能感中介作用模型的回归分析

Table 3 Regression analysis of the model of the mediation effect of occupational self-efficacy

预测变量	模型1		模型2		模型3	
	$\beta$	$t$	$\beta$	$t$	$\beta$	$t$
学习动机	-0.25	-4.13***	0.63	12.85***	-0.04	-0.48
职业自我效能感					-0.34	-4.55***
$R^2$	0.06		0.39		0.13	
$F$	17.06***		164.98***		19.54***	

注：模型1，即学习动机预测学习拖延；模型2，即学习动机预测职业自我效能感；模型3，即学习动机和职业自我效能感共同预测学习拖延。

对职业自我效能感的中介作用进行效应分析。如表4所示，学习动机直接作用是-0.04，占总效应的15%；学习动机通过职业自我效能感对学习拖延产生影响的效应是-0.21，占总效应比例的85%。根据分析结果建立中介模型，如图1所示。

表4 直接效应、中介效应、总效应分解表

Table 4 Decomposition of total effect, indirect effect and direct effect

	效应值	Boot 标准误	Boot CI 下限	Boot CI 上限	相对效应值
中介效应	-0.21	0.06	-0.34	-0.11	85%
直接效应	-0.04	0.08	-0.19	0.11	15%
总效应	-0.25	0.06	-0.37	-0.13	

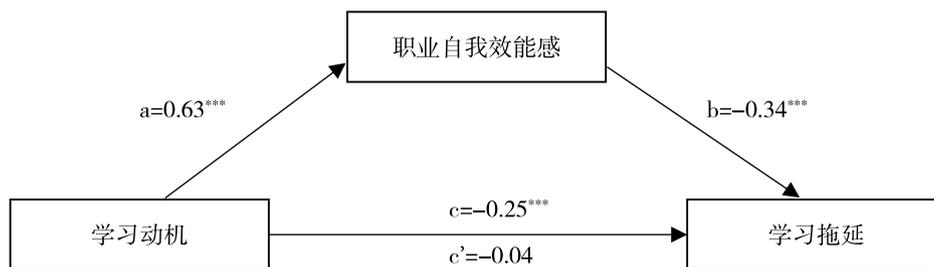


图1 警校生职业自我效能感在学习动机与学习拖延之间的中介模型

Figure 1 The mediation model of professional self-efficacy between learning motivation and learning delay

## 4 讨论

### 4.1 警校生学习动机、职业自我效能感和学习拖延的特点

#### 4.1.1 警校生学习动机的特点

根据描述统计分析结果可知，虽然学习动机各维度在性别上差异并不显著，但警校女生学习动机求知动机维度略大于男生均值，而能力追求维度上警校男生又略大于女生。出现这种情况的原因可能是相较于追求知识，警校男生更倾向于能力的增长。非公安专业的学生在学习动机的求职兴趣维度上均值略高于公安专业的学生。原因可能在于非公安专业的学生对于未来的生活充满不确定性，对于未来要从事的职业并不确定，对自己的学习要求较高，因此学习动机可能大于公安专业的学生。公安专业的学生在学习动机的能力追求维度上均值高于公安专业的学生且差异显著。原因可能在于公安专业的学生对于未来的生活有一定预期，对于未来要从事的职业有较大把握，对自己的从事公安能力要求较高，因此大于非公安专业的学生。

#### 4.1.2 警校生学习拖延的特点

根据描述分析结果可知，警校生学习拖延在性别各维度上女生高于男生，男生在成年后感受到来自

家庭、学校，以及社会各方面的压力，相较于女生更多地考虑到未来的发展规划，且警校男生居多压力更大，因而女生表现出更强的学习拖延，在学习上也不够积极努力。但根据以往的研究表明大学生学习拖延在性别差异上女生要低于男生，因此这可能与警校生这一特殊群体有一定关系，需要进一步探究。学习拖延各个维度在专业上差异不大，但总的来说非公安专业拖延程度要高于公安专业，原因可能在于公安专业对于自己的职业规划较为清晰明确，因而减少了拖延行为，而非公安专业不清楚自己的未来规划，缺乏确定性，对学习任务有所保留，没有办法把所有的心思全部放在学习上。

### 4.1.3 警校生职业自我效能感的特点

根据描述性分析结果可知，不同专业对警校生的职业自我效能感无明显影响。但公安专业学生的职业自我效能感要高于非公安专业学生。警校生职业自我效能感在性别上存在显著差异。男生职业自我效能感要显著高于女生。原因可能在于男生对于公安事业存在更大的信心，他们的性别给予了更多的责任感和使命感。公安专业经过较为严格的警务化管理，对警察这一职业更有信心。且他们有更多的实习经历，这也有助于自我效能感的提升。

## 4.2 警校生学习动机、职业自我效能感和学习拖延的关系

### 4.2.1 警校生学习动机与职业自我效能感的关系

根据相关分析和回归分析的结果对学习动机与职业自我效能感之间的关系进行讨论。结果表明，职业自我效能感与学习动机之间存在显著的正相关关系，钱明华等以高中、大学学生为研究对象，也发现一般自我效能感与学习动机之间存在着直接相关，也就是说，自我效能感可以在某种程度上预测学习动机<sup>[13]</sup>。职业自我效能感与学习动机的能力追求维度、求知兴趣维度存在显著正相关。对警校生的职业自我效能感进行回归分析，可以发现，学习动机的不同维度对警校生的职业自我效能感都有正向的影响。这表明大学生的职业自我效能感愈高，其学习动力愈强。

### 4.2.2 警校生职业自我效能感与学习拖延的关系

根据相关分析和回归分析，探讨职业自我效能感与学习拖延的相关性。结果显示，职业自我效能感与学习拖延有显著负相关，并且与学习拖延的延迟行动维度、完成不佳维度、计划不足维度均存在显著的负相关关系。通过进一步的回归分析，可以发现职业自我效能感对学习拖延的负预测作用。职业自我效能感越低，学习拖延也就越严重。当警校生产生较强的职业自我效能感时，学生有更大的信心完成各项任务，从而进一步减少了学习拖延行为的产生。

### 4.2.3 警校生学习动机与学习拖延的关系

根据相关分析与回归分析，探讨学习动机与学习拖延之间的相关性。研究发现，学习动机与学习拖延有明显的负相关关系，并且学习动机在与学习拖延的完成不佳维度、计划不足维度上都有显著的负相关。学习拖延与学习动机的能力追求维度、求知兴趣维度存在显著负相关。这与缪斯、李梅、吴吉惠等人的研究相一致<sup>[6, 7]</sup>。斯蒂尔还发现，成就动机在学习拖延上起到了很大的作用<sup>[4]</sup>。格兰达和卡里的研究显示，当内部学习动力、自我控制能力下降时，拖延行为会增多<sup>[5]</sup>。这表明学习动机较低的学生，会更多地表现出学习拖延。

### 4.3 职业自我效能感在学习动机与学习拖延之间的中介作用

此次研究经中介作用分析后可以得知，职业自我效能感在学习动机和学习拖延之间存在部分中介作用，中介作用占比为85%。这表明警校生学习动机有很大一部分是通过职业自我效能感对学习拖延产生影响的。职业自我效能感较强的警校生会对自己产生更高的评价及信心，认为自己有能力完成某一任务，学习动机也就相对高，因而进一步降低学习拖延。而职业自我效能感较低的个体会对自己的行为产生一定的怀疑，学习动机不够强烈，因而学习拖延也就更为严重。

## 5 结论

通过对这一研究的分析，我们可以得到如下结论：（1）警校生学习动机可以预测学习拖延，学习动机更强的警校生学习拖延也就更弱。（2）学习动机可以预测警校生职业自我效能感，学习动机越高职业自我效能感也越高。（3）学习动机可以通过职业自我效能感对学习拖延产生影响，即存在部分中介作用。

## 参考文献

- [1] Senecal C, Julien E, Guay F. Role conflict and academic procrastination: A self-determination perspective [J]. *European Journal of Social Psychology*, 2003, 33 (1): 135-145.
- [2] Steel P. The nature of procrastination: A meta-analytic and theoretical review of quintessential self-regulatory failure [J]. *Psychological Bulletin*, 2007 (133): 65-94.
- [3] Colquitt J A, Simmering M J. Conscientiousness, goal orientation, and motivation to learn during the learning process: A longitudinal study [J]. *Journal of Applied Psychology*, 1998 (83): 654-665.
- [4] Steel P. The nature of procrastination: A meta-analytic and theoretical review of quintessential self-regulatory failure [J]. *Psychological Bulletin*, 2017, 133 (1): 65-94.
- [5] Glenda C, Rakes, Karee E, et al. The Impact of Online Graduate Students' Motivation and Self-Regulation on Academic Procrastination [J]. *Journal Interactive Online Learning*, 2016 (9): 1541-4914.
- [6] 缪斯, 李梅. 硕士研究生学业拖延现状及其与学习动机的相关研究 [J]. *社会心理学*, 2012, 27 (6): 30-34.
- [7] 吴吉惠. 焦虑情绪对大学生拖延行为的影响: 人格特质的中介作用 [J]. *心理学*, 2019, 31 (1): 119-123.
- [8] 方俐洛, 白利刚, 凌文轻. Holland式中国职业兴趣量表的建构 [J]. *心理学报*, 1996 (2): 113-119.
- [9] 梁龙娟. 大学生择业标准调查 [J]. *吉林教育科学 (高教研究)*, 1999 (1): 60-61.
- [10] Lent R W, Brown S D, Hackett G. Toward a unifying so-cial cognitive theory of career and academic interest, choice, and performance [J]. *Vocat Behavior*, 1995 (3): 79-122.
- [11] Taylor K M, Betz N E. Applications of self-efficacy theory to the understanding and treatment of career in decision [J]. *Vocat Behav*, 1983 (1): 63-81.
- [12] Chowdhury M S, Shahabuddin A M. Self-efficacy motivation and their relation ship to academic performance Bangladesh College Students [J]. *College of Quarterly*, 2007, 10 (1): 1-9.

- [ 13 ] 钱明华. 高中生自我效能感、学习动机对数学学习成绩的影响 [ D ] . 辽宁: 辽宁师范大学, 2012.
- [ 14 ] Bandura A. On rectifying the comparative anatomy of perceived control: Comments on “Cognates of Personal Control” [ J ] . Applied & Preventive Psychology, 1992 ( 1 ) : 121-126.
- [ 15 ] Johns G. Organizational behaviour: Understanding and managing life at work ( 4th ed. ) [ D ] . New York: Harper Collins, 1996.
- [ 16 ] 陈保华. 大学生学习拖延初探 [ D ] . 上海: 华东师范大学, 2007.
- [ 17 ] 田澜, 潘伟刚. 大学生学习动机问卷的初步编制 [ J ] . 社会心理科学, 2006, 21 ( 6 ) : 42-46.
- [ 18 ] 彭永新, 龙立荣. 大学生职业决策自我效能测评的研究 [ J ] . 应用心理学, 2001, 7 ( 2 ) : 38-43.

## Study on the Relationship between Learning Motivation and Learning Delay: Mediating Role of Occupational Self-efficacy

Yang Xi Zhou Haotian

*Department of Education, Henan University, Kaifeng*

**Abstract:** This study used the learning motivation scale, the learning delay scale and the occupational self-efficacy scale to conduct a questionnaire survey on the college students of Police College. The data were analyzed using the SPSS 26.0 and Process plugin. The results show that: (1) There are significant differences in the delayed action dimension of delaying behavior, and the degree of learning delay of girls is higher than that of boys. There are significant differences in ability seeking dimensions in learning motivation. Occupational self-efficacy was significantly higher in men than in women. (2) The professional self-efficacy and learning motivation of police school students are significantly negative correlation with learning delay, and the learning motivation and occupational self-efficacy. (3) Occupational self-efficacy plays a partial mediating role between learning motivation and learning delay. This study found that learning motivation can have an impact on learning procrastination through professional self-efficacy. Or can reduce the study of police students to play a certain guiding significance.

**Key words:** Learning motivation; Professional self-efficacy; Learning delay