

自我效能感对小学生学业拖延的影响

尹成双 董旭

(东棘坨镇史家庄小学 天津 301508)

[摘要]结合学业拖延量表和自我效能感量表,根据本校学生实际情况将其修改成两份调查问卷来收集本校三至六年级的小学生学业拖延情况以及自我效能感情况,并运用具体数据分析、单因素方差分析去探讨自我效能感对小学生学业拖延的影响。经具体数据分析,本校三年级至六年级小学生学业拖延现象普遍存在;学业拖延与自我效能感之间存在负相关关系。基于此,针对性的提出提高自我效能感缓解学业拖延情况的措施。

[关键词]自我效能感;小学生;学业拖延

【DOI】10.12252/j.issn.2096-6288.2021.04.190

一、资料与方法

选取本校三至六年级小学生学业拖延情况、自我效能感情况问卷调查表有效问卷152份。其中男生81份,女生71份。三年级36份,四年级32份,五年级40份,六年级44份。以下学业拖延量表的1.3.5.7.9.10都是反向计分项。2.4.8.11是正向计分项。学业拖延调查问卷信度系数值为0.615,大于0.6,说明研究数据信度质量较好。见表1。

表1 小学生学业拖延调查问卷

题目\选项	经常	偶尔	从不
1.就算作业很简单,我也好几天都完不成。	7.24%	19.08%	73.68%
2.我可以在老师规定的时间内,完成家庭作业,准时上交。	68.42%	23.03%	8.55%
3.快开学了才开始写假期作业。	13.82%	24.34%	61.84%
4.学习上遇到困难时,我会及时查阅资料或向老师家人寻求帮助。	30.26%	59.21%	10.53%
5.做作业时总是容易分心,浪费掉一些时间。	23.68%	48.68%	27.63%
6.在上课时间我能在没有监督的情况下认真学习视频不走神。	38.82%	48.03%	13.16%
7.放学后我总是先玩一会儿再写作业。	19.74%	36.18%	44.08%
8.我总是说,“我明天再做”。	14.47%	28.29%	57.24%
9.测验前,我很想考出好成绩,但就是不想复习。	22.37%	39.47%	38.16%
10.只有家长一直督促我,我才能完成老师布置的作业。	13.16%	22.37%	64.47%

自我效能感问卷信度系数值为0.856,大于0.8,说明研究数据信度质量高。见表2。

二、结果分析

具体分析:本校三至六年级学生均存在拖延现象,且属于轻度拖延;自我效能感情况与学业拖延情况呈负相关关系,自我效能感平均值不高,个别项目显示学生在该方面的自我效能感比较低。

单因素方差分析:样本中自我效能感问卷经单因素分析,对不同年级分析得出结论:选项5的对比结果为“五年级>三年级;六年级>三年级”;选项8的对比结果为“三年级>四年级;三年级>六年级”;选项9的对比结果为“四年级>三年

级;五年级>三年级;五年级>六年级”其余8项表现出一致性,并没有差异性($p>0.05$)。对不同性别分析得出结论:第1、8、10这3项呈现出显著性($p<0.05$),并且男的平均值都明显低于女的平均值。其中选项1男的平均值(3.31),女的平均值(3.73);选项8男的平均值(3.20),女的平均值(3.63);选项10男的平均值(3.02),女的平均值(3.76),其余8项没有差异性。

三、具体措施

(一)提升小学生的积极学业情绪

小学生的学习压力随着年级的增加而不断增大,家长和教师应注重培养学生对学习的积极性。比如,在孩子遇到不会的作业时,家长应与孩子共同解决而不是单纯的对孩子进行打骂或惩罚,这会增加孩子厌学心理;教师在传授知识的过程中提高创新能力,在教学过程中用多形式进行教学,比如:游戏、竞赛等方式,调动学生学习的积极性,让学生在学中找到快乐^[1]。

(二)提升小学生的自我效能感

自我效能感利于提升学生心理健康素养,成为学生今后学习过程中一把有力的武器,因此家长和教师都要给予重视,家长和教师发现孩子出现学业拖延时,要采取积极的方法应对。比如,家长让孩子知道事物有轻重缓急,学习任务也是如此,并按这种方式完成任务,这无形中会提升孩子自身的自我效能感;教师可以在课堂上对主动完成任务或有进步的学生进行鼓励,同时给学生讲述名人自我效能感带来好处的故事,这会增强学生的信心,对学生产生积极的影响^[2]。

参考文献

[1]李杰.小学高年级学生学业自我效能感、教师自主支持与学业拖延的关系研究[D].哈尔滨师范大学,2019.

[2]肖萌.小学中高年级学生自我效能感、学业情绪和学业拖延的关系[D].天津师范大学,2018.

基金项目:本文系天津市学校心理健康教育研究项目资助课题“小学生学业拖延与自我效能感相关研究”(XLZX-201911)的阶段性成果。

表2 自我效能感调查问卷

题目\选项	1	2	3	4	5
1.我相信自己有能力在学习上取得好成绩。	4.61%	9.87%	32.24%	36.84%	16.45%
2.我认为自己有能力解决学习中遇到的问题。	4.61%	19.74%	31.58%	32.24%	11.84%
3.和班上其他同学相比,我的学习能力是比较强的。	10.53%	28.29%	30.26%	21.05%	9.87%
4.我认为我能够在课堂上及时掌握老师所讲的内容。	5.92%	12.5%	31.58%	36.84%	13.16%
5.我认为我能够运用所学的知识来解决实际生活中的问题。	3.95%	19.08%	29.61%	25.66%	21.71%
6.和班上其他同学相比,我对所学学科知识的了解更广泛些。	21.05%	22.37%	25.66%	25%	5.92%
7.我喜欢选择富有挑战性的学习任务。	16.45%	19.08%	23.68%	25%	15.79%
8.我认为自己能够很好地理解书本上的知识以及老师所讲的内容。	5.26%	14.47%	29.61%	36.18%	14.47%
9.我经常选择那些虽然难却能从中学到知识的学习任务,哪怕需要付出更多的努力。	10.53%	19.08%	30.92%	22.37%	17.11%
10.即使我在某次考试中的成绩很不好,我也能平静地分析自己在考试中所犯的错误。	7.89%	16.45%	21.71%	38.82%	15.13%
11.不管我的学习成绩好与坏,我都从不怀疑自己的学习能力。	7.24%	18.42%	23.68%	30.92%	19.74%