

The Influence of College Students' Perfectionism on Academic Procrastination: The Mediating Effect of Achievement Motivation

Jiahui Kuang

Southwest University, Chongqing
Email: 296975256@qq.com

Received: Feb. 4th, 2019; accepted: Feb. 18th, 2019; published: Feb. 25th, 2019

Abstract

Academic procrastination refers to the tendency of students to postpone the academic goals that must be completed in the school context. Academic procrastination is common among college students. It not only affects the performance of college students, but also hinders learning progress, and increases academic pressure. This study explores the mediating effect of achievement motivation on the relationship of perfectionism and academic procrastination in undergraduate students, which will help to improve and optimize the learning behavior of them. The research shows that there is a significant positive correlation between adaptive perfectionism, pursuit of success and achievement motivation ($P < 0.01$), and there is a significant negative correlation between adaptive perfectionism and pursuit of success and academic procrastination ($P < 0.01$). There is a significant positive correlation between non-adaptive perfectionism and avoidance failure. They are positively correlated with academic procrastination ($P < 0.01$). In this case, achievement motivation mediates the relationship of perfectionism and academic procrastination.

Keywords

Academic Procrastination, Perfectionism, Achievement Motivation, Mediating Effect

大学生完美主义对学业拖延的影响：成就动机的中介效应

邝佳慧

西南大学，重庆
Email: 296975256@qq.com

收稿日期：2019年2月4日；录用日期：2019年2月18日；发布日期：2019年2月25日

摘要

学业拖延是指学生在学校情境中,推迟必须要完成的学业目标的倾向。学业拖延在大学生中普遍存在,它不仅会影响大学生的学习表现,阻碍学习进步,更会增加学业压力并降低生活质量。本研究试图在前人相关研究结果的基础上,探讨成就动机在大学生完美主义与学业拖延行为之间的中介作用,为改善与优化大学生的学习行为提供策略抉择。研究表明适应性完美主义、追求成功、成就动机总分之间存在显著正相关($P < 0.01$),且适应性完美主义与追求成功与学业拖延行为呈显著负相关($P < 0.01$);非适应性完美主义与避免失败存在显著正相关,二者与学业拖延行为呈显著正相关($P < 0.01$),成就动机各维度满足在大学生完美主义各维度与学业拖延行为之间起部分中介作用。

关键词

学业拖延,完美主义,成就动机,中介作用

Copyright © 2019 by author(s) and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY).

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Open Access

1. 文献综述

1.1. 学业拖延行为

学业拖延(Academic Procrastination)是指学习者在明确自己学习任务的前提下依旧非理性地、无法控制地延迟学习任务的完成,并由此产生消极的主观情绪体验的现象。许多有关拖延的相关研究发现,完美主义与拖延有相似的认知特点[1]。完美主义者对自己提出过高的要求,希望把任何事情都做到无可挑剔。而这种完美倾向会使个体制定过高的成就目标,而在没有完全有把握成功地完成某一项任务前,就可能迟迟不肯开始行动,产生拖延行为[1]。因此,本研究将完美主义作为预测变量,探究其与其它中介变量共同对学业拖延行为的影响。

1.2. 完美主义对学业拖延行为的影响

近年来,学者们倾向于把完美主义分成两个层面:积极完美主义(即适应性完美主义)和消极完美主义(即非适应性完美主义)。积极的完美主义以对个人高标准要求、做事有条理,有组织为特征;消极的完美主义则以要求不切实际,同时达不到要求又害怕失败、对自身产生消极的评价为特征。

王丽坤[2]对完美主义与拖延关系的研究发现,非适应性也即消极完美主义与拖延成正相关,适应性也即积极完美主义与拖延呈负相关。赵婉黎[3]在大学生学业拖延上也得到了相似的结果。但张锦坤等[4]对学业拖延行为进行研究,发现完美主义与学业拖延行为成显著负相关,这一结果与已有研究相反。而完美主义与拖延关系不一致这一结果可能是样本差异或者是测量工具不同导致,也可能是完美主义与拖延的关系本身具有复杂性,需要进一步研究证实。

由上可见,完美主义与学业拖延行为关系密切,但要进一步明确两者之间的关系需要开展更深入的研究。

1.3. 完美主义、成就动机与学业拖延的关系研究

1.3.1. 成就动机的定义及研究现状

成就动机(Achievement Motivation)是个体在完成任务的过程中,力求获得成功的内部动因,亦是个体

对自己认为的重要的、有价值的事情乐意去做、努力达到完美的一种内部推动力量。成就动机的影响因素方面硕果颇丰,包括学校教育、家庭教育等客观因素以及主体意识、人格、成就归因等主观因素[5][6][7]。

成就动机与学业拖延行为之间关系的研究较多,且大部分研究都得出了相似的结论:成就动机的缺乏是学业拖延行为产生的主要原因之一。国外的学者发现,成就动机与学业拖延行为有显著相关关系,回避失败和追求成功都可以可能导致学业拖延行为[8],且回避失败比追求成功更可能导致拖延行为。研究发现掌握回避目标定向与拖延呈正相关,掌握接近目标定向与拖延呈负相关。

综上,成就动机及其各维度与学业拖延行为的关系较为明显,两者存在的相关关系已经被广泛验证[9]。

1.3.2. 完美主义与成就动机的关系研究

完美主义者常表现为对自己苛刻要求并且给自己设置很高的标准,其自我评价过于依赖成功和成就,具有较高的自我批评和恐惧失败,选择高效率地完成任务,期望超越自我或他人。而成就动机的核心也是一种追求高标准的倾向,与完美主义的核心重叠。Kristie [10]对大学生的研究显示,社会取向型的完美主义者的避免失败动机会显著影响他们的成就目标及行为;自我导向型的完美主义者的追求成功动机会影响成就目标和行为,而 Denise [11]也发现具有完美主义倾向的高中生其个人标准能极大预测成就动机。因此,完美主义倾向与成就动机之间存在着紧密的联系。

1.3.3. 完美主义、成就动机与学业拖延的关系研究

Eerde [12]对拖延影响因素进行元分析后结果发现,完美主义是影响拖延的重要因素,但是其效应值较小,笔者认为,这很有可能是因为完美主义更多地是一种人格特质,其对拖延的影响并不是直接的,而是通过其它因素间接作用于拖延行为。

Onvuebuzie 和 Yao [13]的研究发现,非适应性完美主义与拖延行为中的害怕失败分量表分数呈显著相关关系,而与任务难度无关。这说明,完美主义对拖延的影响,很有可能与动机有关。完美主义者是追求高标准、高要求的群体,因此他们在完成任务的过程中会出现担心犯错、害怕失败等情况[14][15],这些心理都会导致逃避任务的倾向,即拖延行为。但是另一方面,对高标准的追求也会让完美主义者,产生较强的追求成功的动机,如果个体追求成功动机很强甚至超过了回避失败的动机,那么这种追求成功的动机的驱动带给个体的愉悦感,很有可能会降低拖延行为出现的可能性[16][17]。因此,成就动机很可能在完美主义对拖延行为的影响中起中介作用。

2. 问题提出与研究思路

2.1. 问题提出

拖延行为普遍地存在于人们的生活中[18],在快节奏的现代社会,这种非理性行为不仅使个体浪费时间,失去完成任务的大好时机,而且还会使其产生焦虑和压力,从而影响心理健康。在学习领域也一样,相当比率的大学生存在学业拖延现象,即总是或几乎总是拖迟完成作业,严重影响学习效率。因此,对于学业拖延行为的研究亟不可待。

完美主义是一种力求高标准地完成任务并伴随批判性自我评估倾向的人格特质,这种人格特质对学业拖延行为产生不可忽视的作用,但以往研究发现完美主义虽然是影响拖延的重要因素,但是其效应值较小[10],因此,完美主义可能更多地是通过其它因素间接作用于拖延行为,成就动机作为影响学业拖延行为的重要因素可能在其中起着部分中介作用。

综上,本研究试图在前人相关研究结果的基础上提出自己的研究思路和假设,探索成就动机在大学生完美主义与学业拖延行为之间的中介作用。

2.2. 研究假设

- 1) 大学生的完美主义、成就动机与学业拖延行为之间存在显著相关关系;
- 2) 成就动机在大学生完美主义对学业拖延行为的影响中起部分中介作用。

3. 研究方法

3.1. 研究对象

本研究采用随机抽样的方法,在宁夏大学随机发放问卷 235 份,收回有效问卷 219 份,有效率为 93.19%。其中男生 96 人,女生 123 人。

3.2. 研究工具

3.2.1. 学业拖延评估量表(PASS)

采用 Solomon 和 Rothblum (1984) [19]编制的学业拖延评估量表(The Procrastination Assessment Scale-Student, PASS)的第一部分,该部分用以评价学生在学习的 6 个方面的拖延频率、影响以及改变的愿望等,每个题项前 2 个问题得分总和即为被试的学业拖延水平,共涉及 12 个项目,5 点计分,分数越高表明拖延程度越高。本研究量表 Cronbach α 系数为 0.85,分半信度为 0.76。

3.2.2. 成就动机量表(AMS)

采用挪威心理学家 Gjesme 和 Nygard 开发,叶仁敏[14]和 Hegtvet (1992) [20]合作译制的成就动机(The Achievement Motive Scale, AMS)量表。该量表由追求成功和回避失败两个分量表组成,每个分量表各 15 个项目,共 30 个项目,4 点计分,成就动机总分等于追求成功得分与避免失败得分之差,分数越高说明被试成就动机越强。本研究中追求成功和避免失败量表的 Cronbach α 系数分别为 0.84, 0.85, 分半信度分别为 0.78, 0.79。

3.2.3. 近乎完美量表修订版(APS-R)

杨丽(2007) [21]等对近乎完美主义量表进行了修订和信效度检验,形成了近乎完美量表修订版(Almost Perfect Scale-Revised, APS-R)。APS-R 共有 22 个题目,包括 3 个维度,分别是高标准、差异性、秩序。其中,高标准与秩序性得分之和为适应性完美主义得分,差异性得分为非适应性完美主义得分,近乎完美量表修订版 Cronbach α 系数为 0.83,分半信度为 0.75。

3.3. 施测程序

本研究将三个量表以及相关人口学变量问卷装订成册,由经统一培训的应用心理学专业高年级大学生进行调查。回收后的数据采用 SPSS17.0 进行处理,统计分析的方法主要包括描述性统计、t 检验、方差分析、相关分析和回归分析等,检验水准 $\alpha = 0.05$ 。

4. 研究结果

4.1. 大学生学业拖延行为与完美主义、成就动机的相关研究

学业拖延行为与完美主义、成就动机的相关如表 1 所示:

表 1 结果显示,适应性完美主义、追求成功、成就动机总分之间存在显著正相关,适应性完美主义与追求成功均与学业拖延行为呈显著负相关($P < 0.01$);非适应性完美主义与避免失败存在显著正相关,二者与学业拖延行为呈显著正相关($P < 0.01$)。

Table 1. The correlation between academic procrastination, perfectionism and achievement motivation
表 1. 学业拖延行为与完美主义、成就动机的相关

	1	2	3	4	5	6
适应性完美主义	1					
非适应性完美主义	0.284**	1				
追求成功	0.349**	0.038	1			
避免失败	0.008	0.360**	-0.185**	1		
成就动机总分	0.263**	0.327**	0.578**	0.695**	1	
学业拖延得分	-0.256**	0.254**	-0.278**	0.244**	-0.001	1

4.2. 成就动机在完美主义与学业拖延行为间的中介作用

从以上结果的分析中可以看出，完美主义、成就动机、学业拖延行为两两之间都存在显著的相关，为了明确三者之间的关系，验证本研究的假设，即成就动机通过完美主义来影响学业拖延行为，本研究借助 SPSS17.0 来考察三者之间关系。

参照温忠麟，张雷，侯杰泰，刘红云[22]提出的三步分析法，进行成就动机在完美主义与学业拖延行为间的中介效应分析。第一步以学业拖延行为为结果变量，完美主义各维度为预测变量进行回归分析；第二步以成就动机总分为结果变量，完美主义各维度为预测变量进行回归分析；第三步以学业拖延行为为结果变量，完美主义各维度、成就动机总分为预测变量进行回归分析。结果见表 2。

Table 2. The mediating effect of the pursuit of success on the relationship of adaptive perfectionism and academic procrastination
表 2. 追求成功在适应性完美主义对学业拖延行为影响中的中介作用分析

步骤	自变量	因变量	B(SE)	β	<i>t</i>
第一步	适应性完美主义	学业拖延行为	-0.226(0.058)	-0.256	-3.903***
第二步	适应性完美主义	追求成功	0.294(0.054)	0.349	5.493***
第三步	追求成功	学业拖延行为	-0.224(0.072)	-0.214	-3.121**
	适应性完美主义		-0.160(0.060)	-0.181	-2.640**

注：* $P < 0.05$ ，** $P < 0.01$ ，*** $P < 0.001$ 。

由表 2 可知，适应性完美主义分别能显著预测大学生学业拖延行为($\beta = -0.256, P < 0.001$)和追求成功($\beta = 0.349, P < 0.001$)，当追求成功同时进入方程时，适应性完美主义对大学生学业拖延行为依然有显著预测作用($\beta = -0.181, P < 0.01$)，但适应性完美主义的效应被削弱(β 从-0.256 降到-0.181)，说明大学生追求成功的中介效应显著，追求成功在大学生适应性完美主义对学业拖延行为的影响中起部分中介作用。具体而言，适应性完美主义可以直接影响大学生的学业拖延行为，也可以通过追求成功间接对大学生的学业拖延产生作用，中介效应占总效应的比例为 $0.294 * (-0.224) / (-0.226) = 29.14\%$ 。

Table 3. The mediating effect of avoidance of failure on the relationship of Non adaptive perfectionism and academic procrastination
表 3. 避免失败在非适应性完美主义对学业拖延行为影响中的中介作用分析

步骤	自变量	因变量	B(SE)	β	<i>t</i>
第一步	非适应性完美主义	学业拖延行为	0.171(0.044)	0.254	3.868***
第二步	非适应性完美主义	避免失败	0.263(0.046)	0.360	5.693***
第三步	避免失败	学业拖延行为	0.161(0.064)	0.175	2.512*
	非适应性完美主义		0.128(0.047)	0.191	2.746**

注：* $P < 0.05$ ，** $P < 0.01$ ，*** $P < 0.001$ 。

由表 3 可知, 非适应性完美主义分别能显著预测大学生学业拖延行为($\beta = 0.254, P < 0.001$)和避免失败($\beta = 0.360, P < 0.001$), 当避免失败同时进入方程时, 非适应性完美主义对大学生学业拖延行为依然有显著预测作用($\beta = 0.191, P < 0.01$), 但非适应性完美主义的效应被削弱(β 从 0.254 降到 0.191), 说明大学生避免失败的中介效应显著, 避免失败在大学生非适应性完美主义对学业拖延行为的影响中起部分中介作用。具体而言, 非适应性完美主义可以直接影响大学生的学业拖延行为, 也可以通过避免失败间接对大学生的学业拖延产生作用, 中介效应占总效应的比例为 $0.263 \times 0.161 / 0.171 = 24.76\%$ (图 1)。

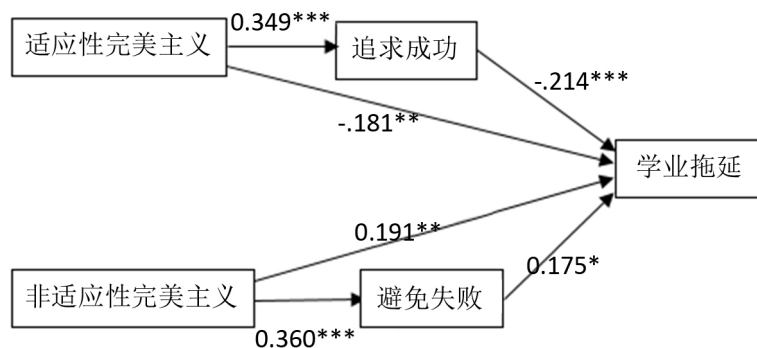


Figure 1. The model of the mediating effect of achievement motivation in relationship between perfectionism and academic procrastination

图 1. 成就动机在完美主义与学业拖延行为间的中介作用模型图

5. 讨论

5.1. 大学生完美主义、成就动机与学业拖延行为的关系

本研究发现, 适应性完美主义(高标准和秩序感分量表)与追求成功相关显著, 与避免失败相关不显著, 而非适应性完美主义(差异性分量表)和避免失败相关显著, 与追求成功相关不显著, 但两种完美主义与成就动机总分相关都显著, 这与迟昊阳[13]等人的研究结果一致。一般来说, 适应性的完美主义更多地预测积极的动机或者行为, 而非适应性的完美主义更多预测消极的动机或行为。在成就动机中, 追求成功是一种积极的态度, 而避免失败则多与一些消极的结果相联系[23], 这也就解释了为什么适应性完美主义是与追求成功相联系而与避免失败无关, 而非适应性完美主义则与避免失败相联系却与追求成功无关。

同时, 大学生适应性完美主义、追求成功与学业拖延行为呈显著负相关, 非适应性完美主义、避免失败与学业拖延行为呈显著正相关。即适应性完美主义得分越高, 追求成功的动机越强, 越不容易出现学业拖延行为; 相反, 非适应性完美主义得分越高, 避免失败的动机越强, 则越容易出现学业拖延行为。适应性完美主义者做事追求卓越、有条理; 而非适应性完美主义者则过分担心出错、优柔寡断。因此, 适应性完美主义者面对挑战能积极应对, 较少出现拖延行为; 而非适应性完美主义者则焦虑不安, 担心出现错误, 做任何事前都要“三思后行”确保一定正确, 当无法确定完美解决方案时, 便会采取拖延回避的方式。

5.2. 成就动机在大学生完美主义与学业拖延行为间的中介效应

本研究结果表明, 大学生成就动机在完美主义和学业拖延行为的关系中起部分中介作用, 在一定程度上揭示了完美主义、成就动机和学业拖延行为三者之间的内在作用机制, 也再次验证和丰富了前人的研究结果[13]。具体而言, 追求成功动机在适应性完美主义对学业拖延行为的影响中起部分中介作用, 避

免失败动机在非适应性完美主义对学业拖延行为的影响中起部分中介作用。

完美主义作为一种人格特质,对个体的行为存在调节作用,完美主义者都希望自己的任务能完成得更好。我们认为不论适应性完美主义者还是非适应性完美主义者,其学业拖延行为都会随着成就动机的变化而相应浮动,但是成就动机对适应性完美主义者和非适应性完美主义者产生的影响却是不同的。相比于适应性完美主义者,非适应性完美主义者在学习过程中可能更害怕失败,所以在完成任务的过程中可能出现更多的拖延行为。

追求成功动机是一种积极正向的趋近目标状态,避免失败则相反,是一种消极回避目标的状态,每个个体的这两种倾向的强度具有个体差异。对适应性完美主义者来说,他们之所以较少地表现出学业拖延行为,有一部分原因是因为他们具有很强的追求成功动机,对成就有着很强的渴望,而且这种动机强于对失败的担心和逃避,同时成就感能带给个体以愉悦感,很有可能会降低学业拖延行为的可能性。同时,适应性完美主义者能够为自己设定可实现的高标准,而不是一味给自己设立不切实际的目标,因此较少地表现出拖延行为。而根据前人的研究,非适应性完美主义者在行动时更多地是由于外部原因,缺乏内在动力,但又因为同时给自己设定了很高的标准,所以他们希望任何事都能做到尽善尽美毫无遗漏。如果他们觉得自己达不到这个标准,注意力就会被转移到对失败的恐惧上,也就不可能全身心的投入其中,或者宁愿先去干别的事情,这种逃避的态度会让他们表现出更多的拖延行为。

6. 结论

追求成功在适应性完美主义对学业拖延行为的影响中起部分中介作用;避免失败在非适应性完美主义对学业拖延行为的影响中起部分中介作用。适应性完美主义者倾向于设定可实现的高标准,较少地表现出拖延行为,而避免失败的非适应性完美主义则相反。因此,帮助学生设立合理目标,培养适应性完美主义者将是减少拖延行为,提升学习质量的重要途径。

参考文献

- [1] 左艳梅, 张大均. 学业拖延影响因素研究述评[J]. 哈尔滨学院学报, 2010, 31(3): 134-138.
- [2] 王丽坤. 大学生失败恐惧与完美主义、拖延行为的关系[D]: [硕士学位论文]. 石家庄: 河北师范大学, 2010.
- [3] 赵婉黎. 研究生心理问题分析与调适的个案研究[J]. 教书育人, 2007(3): 77-78.
- [4] 张锦坤, 陈璐, 黄育艺. 大学生学业拖延行为及其预测变量分析[J]. 宁波大学学报(教育科学版), 2009, 31(4): 54-59.
- [5] 钟慧. 大学生时间管理倾向与成就动机的相关研究[J]. 心理科学, 2003, 26(4): 747-745.
- [6] 龚艺华. 大学生父母教养方式与成就动机的相关研究[J]. 中国学校卫生, 2007, 28(3): 278-279.
- [7] 赫云鹏. 高等师范生成就动机取向特点的研究[J]. 心理科学, 2005, 28(3): 697-698.
- [8] Senekal, C., Koestner, R. and Vallerand, R. (1995) Self-Regulation and Academic Procrastination. *The Journal of Social Psychology*, **135**, 607-619. <https://doi.org/10.1080/00224545.1995.9712234>
- [9] 陈陈, 李崇德. 大学生完美主义、自尊与学业拖延的关系[J]. 心理发展与教育, 2013(4): 368-377.
- [10] Kristie, L. and Neumeister, S. (2004) Understanding the Relationship between Perfectionism and Achievement Motivation in Gifted College Students. *Gifted Child Q*, **48**, 219-231. <https://doi.org/10.1177/001698620404800306>
- [11] Denise, M.A. and Slaney, B.R. (2000) An Investigation of Perfectionism, Mental Health Achievement and Achievement Motivation in Adolescents. *Psychology in the Schools*, **37**, 535-545. [https://doi.org/10.1002/1520-6807\(200011\)37:6%3C535::AID-PITS6%3E3.0.CO;2-O](https://doi.org/10.1002/1520-6807(200011)37:6%3C535::AID-PITS6%3E3.0.CO;2-O)
- [12] Van Eerde, W. (2003) Procrastination at Work and Time Management Training. *Journal of Psychology*, **137**, 421-434. <https://doi.org/10.1080/00223980309600625>
- [13] 迟昊阳, 赵冉, 侯志瑾, 等. 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(2): 233-236.

- [14] 刘娜. 动机的自我决定程度对学业拖延行为的影响[J]. 文教资料, 2006(13): 58-59.
- [15] 雷家萍, 鲁媛, 濮梅, 等. 青少年学业拖延与时间管理倾向相关分析[J]. 中国学校卫生, 2014, 35(1): 64-66.
- [16] 马单单. 大学生学业拖延与成就动机、时间管理倾向的关系研究[D]: [硕士学位论文]. 烟台: 鲁东大学, 2013.
- [17] 马明胜. 拖延习惯实证研究的回顾[J]. 中国临床康复, 2005, 24(9): 134-135.
- [18] 蒙茜, 郑涌. 拖延研究述评[J]. 西南大学学报(人文社会科学版), 2006, 32(4): 9-12.
- [19] Solomon, L.J. and Rothblum, E.D. (1984) Academic Procrastination: Frequency and Cognitive Behavioral Correlates. *Journal of Counseling Psychology*, **39**, 503-509. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.31.4.503>
- [20] 叶仁敏, Hagtvet K A. 成就动机的测量与分析[J]. 心理发展与教育, 1992, 8(2): 14-16.
- [21] 杨丽, 梁宝勇, 张秀阁, 等. 近乎完美量表修订版(APS-R)的中文修订[J]. 心理与行为研究, 2007, 5(2): 139-144.
- [22] 温忠麟, 张雷, 侯杰泰, 等. 中介效应检验程序及其应用[J]. 心理学报, 2004, 36(5): 614-620.
- [23] 范兴华. 大学生成就动机与情绪和行为问题的关系[J]. 中国临床心理学杂志, 2006, 14(1): 75-76.

知网检索的两种方式:

1. 打开知网页面 <http://kns.cnki.net/kns/brief/result.aspx?dbPrefix=WWJD>
下拉列表框选择: [ISSN], 输入期刊 ISSN: 2169-2556, 即可查询
2. 打开知网首页 <http://cnki.net/>
左侧“国际文献总库”进入, 输入文章标题, 即可查询

投稿请点击: <http://www.hanspub.org/Submission.aspx>
期刊邮箱: ass@hanspub.org