Advances in Education 教育进展, 2024, 14(8), 644-654
Published Online August 2024 in Hans. https://www.hanspub.org/journal/ae
https://doi.org/10.12677/ae.2024.1481459

Hans汉斯

大学生学习主动性现状调查研究

张念楠，张华祯，黄佩琪，侯原伟，莫显红*

赤峰学院化学与生命科学学院，内蒙古 赤峰

收稿日期：2024年7月12日；录用日期：2024年8月12日；发布日期：2024年8月21日

摘　要

为了解当代大学生学习主动性的现状及特点，本文采用自编的《大学生学习主动性调查问卷》，对河北省296位在读本科学生在学习主动性方面进行了调查和研究，结果显示大学生整体上具有中等偏上水平的学习主动性，其中学习自觉性得分最高，学习情感性得分最低，女生学习主动性及各维度均高于男生，获得过各项奖励的学生学习主动性水平要高于未获得过奖励的学生，获得过省级及以上奖励的学生在学习情感性、学习调整上显著高于获得过市级奖励和校级奖励的学生。并对调查结果展开讨论分析，并尝试提出策略建议。

关键词

大学生，学习主动性，现状调查

Investigation and Research on the Current Situation of College Students' Learning Initiative

Niannan Zhang, Huazhen Zhang, Peiqi Huang, Yuanwei Hou, Xianhong Mo*

School of Chemistry and Life Science, Chifeng University, Chifeng Inner Mongolia

Received: Jul. 12th, 2024; accepted: Aug. 12th, 2024; published: Aug. 21st, 2024

Abstract

In order to understand the current situation and characteristics of contemporary college students' learning initiative, this paper uses the self-made College Students' Learning Initiative Questionnaire to investigate and study the learning initiative of 296 undergraduate students in Hebei Province. The results show that college students as a whole have a medium level of learning initia-

*通讯作者。

文章引用: 张念楠, 张华祯, 黄佩琪, 侯原伟, 莫显红. 大学生学习主动性现状调查研究[J]. 教育进展, 2024, 14(8): 644-654. DOI: 10.12677/ae.2024.1481459

tive. Among them, the score of learning consciousness is the highest, and the score of learning emotion is the lowest. Girls' learning initiative and all dimensions are higher than boys. The level of learning initiative of students who have received various rewards is higher than that of students who have not received rewards. Students who have received provincial and above awards are significantly higher than those who have received municipal awards and school-level awards in terms of learning affectivity and learning adjustment. Finally, the survey results are discussed and analyzed, and try to put forward strategic suggestions.

Keywords

College Students, Learning Initiative, Prevalence Survey

Copyright © 2024 by author(s) and Hans Publishers Inc.
This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY 4.0).
http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/
Open Access

1. 问题的提出

21 世纪人才培养的要求在于培育出具备积极进取精神与独立创新意识的自主学习人才。新时代背景下，对大学生提出了更高的要求，大学生需具备独立学习新知识、获取新信息，进行自我管理和约束，充分利用资源来构建和优化学习环境等多方面能力[1]。随着我国高等教育进入普及化阶段，每年毕业的大学生人数突破千万，社会对于人才质量的需求与大学生自身能力水平之间的矛盾日益突出，大学生就业形势日益严峻[2]。目前，大学生临到考试之前才开始重点突击，日常作业任务拖延至最后一刻才匆忙上交，学习自律性低、效率低，已成为普遍学习问题，“摸鱼”、“划水”、“躺平”等词语充斥校园，社会上逐渐出现了对大学生整体质量和素质的质疑。因此，了解大学生学习主动性的现状及特点，是有针对性地提高大学生自主学习能力、学习效率、高校教学质量的基础，对于大学生的成长、成才、就业等十分重要。

2. 学习主动性

Bateman 和 Crant 最早提出了主动性人格的概念，指为个体潜在的、相对稳定的主动参与外界环境改变的一种倾向[3]。该人格特征体现在学习环境中，则表现为个体的学习主动性，即个体能够积极主动的参与学习活动的特质。学生的学习主动性起源于学生对学习活动的内在需要。表现在学生能够自主、持久地发生学习行为，根据自己的学习情况及时调整学习状态，并在学习中能够产生积极的情绪体验等。可以分为学习自觉性、学习情感性、学习维持和学习调整四个维度。

在对于学习主动性的研究中，在基础教育阶段，主要集中课堂教学领域，以教师为角度探究学习主动性的培养策略。在高等教育阶段，则集中于大学生各项人格特质在学习主动性方面的影响。这是由于在大学阶段，课堂教学仅为大学生学习生活的一小部分，学习活动中的教师参与相较于基础教育阶段要少许多，因此也更考验学生的自身的学习主动性。如，Greenglass 认为，高主动性人格者面对压力时会进行积极的应对和解决，对可能存在的困难也会预先调动资源积极准备[4]。应佳分析了学习主动性与时间管理倾向、成就动机水平之间的关系，研究发现追求成功动机水平高的学生通常善于利用时间，因此具有较高的学习主动性[5]。王伟分析了大学生主动性人格对学业成绩的影响，发现，具有主动性人格的大学生学习效能感更强，能够创设良好的学习环境，进而取得更高的学业成就[6]。赵颖楠的研究也发现，主动性人格能够显著负向预测学习倦怠水平，主动性水平越高的学生，在学习过程中，越不易出现疲惫

倦怠情况，越能够调节状态积极面对和克服困难[7]。由此得出，大学生自身的主动性人格以及成就动机、学习效能感等都对学习主动性起着重要的调节作用，学习主动性水平越高的学生越能取得较好的学业成就。在对大学生学习主动性的调查中，黄有泉、谢美华自编问卷将学习主动性分为了学习情感性、学习互动性、学习自控性和学习自觉性四个方面的因子，对 3 所大学 1347 名大学生展开了问卷调查，研究表明大学生的学习主动性总体水平一般，不同性别、专业、学科、年级学生在学习主动性各方面存在不同的显著性差异[8]。此后，章慈在此基础上对黄有泉、谢美华的问卷进行了补充和修改，将学习主动性分为学习探索性、学习情感性、学习自觉性、学习互动性、学习计划性、学习动机性六个维度，为后续相关研究提供了依据[9]。基于此，了解大学生的学习主动性的现状及特点，对于提升学生的学习热情和积极性，促进其取得更高的学业成就尤为重要。本研究采用自编问卷，根据文献分析并结合调查对象实际情况，将学习主动性划分为分为学习自觉性、学习情感性、学习维持和学习调整四个层次，通过问卷调查旨在了解大学生在学习主动性及其各维度的差异情况，从而了解当代大学生学习主动性现状及特点，并分析其中存在的问题及原因，提出相应策略。

3. 研究对象与方法

3.1. 研究对象

通过随机抽样的方式，对河北省在读本科学生进行了调查，共发放问卷 311 份，回收有效问卷 296 份，问卷有效回收率 98.6%。对有效样本的个人信息及基本情况进行统计学分析结果见表 1。

Table 1. Demographic analysis of effective sample
表 1. 有效样本人口统计学分析

类型		人数	百分比
性别	女	140	47.3%
	男	156	52.7%
获得奖励	省部级及以上	20	6.8%
	市级	79	26.7%
	校级	111	27.5%
	从未获得	86	29.1%

3.2. 研究工具

本文采用自编的《大学生学习主动性调查问卷》为研究工具，通过文献阅读、访谈等形式，对大学生学习主动性进行了初步的探讨，设计了 20 道关于学习主动性调查题。将这 20 道题初步划分为学习自觉性、学习维持、学习调整、学习情感性四个维度，并通过后续的探索性因子分析进一步确定大学生学习主动性的结构。本问卷采用 Likert5 自评 5 点量表法进行评分，从“总是这样”到“从不这样”记为 5~1 分。问卷得分越高说明其学习主动性越强，越能够进行自主学习，得分越低则说明其学习主动性越弱，难以保持自主学习状态。最后，编制形成大学生学习主动性问卷。

3.3. 统计方法

采用 SPSS 24.0 统计分析软件在 Windows 系统中进行问卷质量分析及数据分析。采用百分比描述调查对象的基本人口学特征，采用独立样本 T 检验以及单因素方差分析法分析不同人口学特征变量的调查对象在学习主动性上是否存在差异。

4. 问卷质量分析

4.1. 探索性因素分析

本研究借助 SPSS24.0 软件，对大学生学习主动性的 20 道题进行探索性因子分析，检验结果见表 2，样本数据的 KMO 值为 0.731，p = 0.000 < 0.001，表示适合进行因素分析。

Table 2. KMO and Bartlett's test
表 2. KMO and Bartlett's 检验

KMO 取样适切性量数。		0.731
巴特利特球形度检验	近似卡方	4586.914
	自由度	190
	显著性	0.000

采用主成分分析法进行因子分析，分析结果见表 3，特征值大于 1 的因素有 4 个，能够解释整合变异量的 70.551%。各因子的 Alpha 系数见表 4。

Table 3. Factor analysis variance variation explanation table
表 3. 因素分析方差变异解释表

成分	初始特征值			提取载荷平方和			旋转载荷平方和		
	总计	方差百分比	累积 %	总计	方差百分比	累积 %	总计	方差百分比	累积 %
1	7.153	35.765	35.765	7.153	35.765	35.765	4.452	22.262	22.262
2	2.791	13.953	49.719	2.791	13.953	49.719	4.355	21.776	44.037
3	2.357	11.784	61.503	2.357	11.784	61.503	2.739	13.696	57.734
4	1.81	9.048	70.551	1.81	9.048	70.551	2.563	12.817	70.551
5	0.846	4.229	74.78						
6	0.79	3.952	78.733						
7	0.728	3.638	82.37						
8	0.593	2.967	85.337						
9	0.475	2.377	87.714						
10	0.427	2.137	89.851						
11	0.374	1.871	91.722						
12	0.321	1.604	93.326						
13	0.301	1.503	94.829						
14	0.269	1.346	96.175						
15	0.218	1.089	97.264						
16	0.177	0.886	98.15						
17	0.128	0.641	98.792						
18	0.103	0.514	99.306						
19	0.076	0.382	99.688						
20	0.062	0.312	100						

Table 4. Exploratory factor analysis of college students' learning initiative self-rating scale
表 4. 大学生学习主动性自评量表的探索性因素分析

题项	因素 1	因素 2	因素 3	因素 4
10、除了上课时间，每天有专门的学习时间吗?	0.877			
8、在课堂中会主动参与课堂回答老师的问题吗?	0.826			
4、能在课余时间，自主安排自己的任务，并完成自己的作业吗?	0.821			
7、在老师讲课之前，会预习老师要讲的内容吗?	0.785			
2、你会按照学习计划努力完成任务吗?	0.776			
1、每学期开学前你会根据自己的需求制定本学期学习计划吗？	0.761			
15、会经常对自己的学习状况感到焦虑和紧张吗?		0.885		
16、会在临近考试前重点突击应付考试吗？		0.844		
18、在学习过程中时会存在处于茫然、不知所措的状态吗？		0.821		
20、会总保持学习热情吗?		0.781		
19、会认为学习是一件愉快的事吗?		0.764		
17、会考虑学习成绩与自己前途的关系吗?		0.742		
11、在学习时，脑子会不自觉地开小差吗？			0.861	
9、上课时，注意力很集中吗?			0.811	
12、在学习时能很好的控制自己的学习行为不受外界干扰吗?			0.718	
14、会因担心他人超过自己因此先于他人采取学习行动吗?			0.626	
5、如果没有按时完成学习任务，会感到自责吗?				0.842
6、会自己查找资料解决学习中的困难吗?				0.821
3、如果没有达某一阶段的学习目标，你会分析原因，再接再厉吗?				0.726
13、会对自己一段时间的学习后进行反思与归纳吗?				0.646

据表 3、表 4 中可以看出，从 20 个问卷题目中通过探索性因子分析共提取出 4 个因素，第一个因素包含 6 个题目，涉及内容主要考察学生是否会主动制定阶段性学习计划并按时完成规定的学习任务，故将第一个因素命名为“学习自觉性”；第二个因素主要了解学生对于学习价值、学习意义的思考，以及学习过程的情绪状态，焦虑程度等，故将第四个因素命名为“学习情感性”。第三个因素包含 4 个题目，涉及内容主要包括学生在学习过程中是否能够克服外部因素干扰，保持良好的学习状态，故将第三个因素命名为“学习维持”；第四个因素考察学生是否能够对自己阶段性学习成果、学习过程、学习状态等进行反思、分析、总结和调整，故将第四个因素命名为“学习调整”。

4.2. 问卷信度检验

对本问卷的信度检测结果见表 5，大学生学习主动性自评量表中总量表及四个因子的信度系数均大于 0.7，表明该自评量表信度较好。

Table 5. Reliability analysis of college students' learning initiative self-rating scale
表 5. 大学生学习主动性自评量表信度分析

因子名称	Cronbach alpha	项数
学习自觉性	0.913	6
学习情感性	0.915	6
学习维持	0.800	4
学习调整	0.811	4
量表整体	0.900	20

4.3. 问卷效度检验

经前文探索性因子分析，表明该问卷的结构效度良好。问卷题目和对应的考察维度见下表 6。

Table 6. College students' learning autonomy self-rating scale structure table
表 6. 大学生学习自主性自评量表结构表

因子名称	包含题项	题项数
学习自觉性	二(1、2、4、7、8、10)	6
学习情感性	二(15、16、17、18、19、20)	6
学习维持	二(9、11、12、14)	4
学习调整	二(3、5、6、13)	4
学习主动性	以上全部	20

5. 调查结果

5.1. 大学生学习主动性现状

由表 7 可见：大学生学习主动性均值在 3.361 (中值为 3)。这说明大学生在整体上学习主动性处于中等偏上水平；在学习自觉性维度上，均值为 3.376，这说明大学生基本能够明确学习任务，并够制定相应计划按时完成；在学习情感维度上，均值为 3.304，这说明大学生对与学习价值和学习意义的认知较明确，但与其他维度相比，学习情感维度均值最低，说明大学生在学习时普遍存在焦虑烦躁等情绪体验；在学习维持维度上，均值为 3.339，说明大学生在学习时具有一定的自控力，能够较好的克服外界干扰，或利用外界条件作为学习动力；在学习调整维度上，均值为 3.445，说明大学生能够对自己一段时间的学习行为进行反思和调整，并且与其他维度相比，这一均值最高，说明相较于其他维度，大学生基本能够对自己的阶段性学习状态进行反思，能够认识到自己学习过程中存在的问题。

Table 7. Descriptive statistics of each factor of college students' learning initiative
表 7. 大学生学习主动性各因子的描述性统计

变量	N	最小值	最大值	平均数	标准差
学习自觉性	296	1.83	5	3.376	1.032
学习情感性	296	1.50	5	3.304	0.987
学习维持	296	1.75	5	3.339	0.842
学习调整	296	1.75	5	3.445	0.871
学习主动性	296	2.15	5	3.361	0.680

5.2. 不同性别大学生学习主动性各因子差异比较

由表 8 可知男生在学习主动性上均分在 3.138 左右，女生在学习主动性上的均分在 3.560 左右，表明男生学习主动性低于女生，且男生和女生在学习主动性上存在显著性差异($p < 0.001$)。分别对男女学习主动性各维度进行独立样本 T 检验后可知，男生和女生学习主动性各维度上均存在显著性差异，女生在学习自觉性($p < 0.001$)，学习情感性($p < 0.01$)，学习维持($p < 0.01$)，学习调整($p < 0.001$)各维度上得分均高于男生。

Table 8. Comparison of the differences in learning initiative factors of college students of different genders
表 8. 不同性别大学生学习主动性各因子差异比较

	男生(156)人	女生(140)人	t	p
	$M_1 \pm SD_1$	$M_2 \pm SD_2$		
学习自觉性	3.130 ± 0.997	3.596 ± 1.016	−3.979	0.000
学习情感	3.112 ± 0.835	3.477 ± 1.079	−3.268	0.001
学习维持	3.175 ± 0.680	3.486 ± 0.944	−3.272	0.001
学习调整	3.154 ± 0.880	3.707 ± 0.776	−5.745	0.000
学习主动性	3.138 ± 0.552	3.560 ± 0.723	−5.676	0.000

5.3. 不同获奖情况大学生学习主动性及各因子差异比较

在具有不同获奖情况(省级及以上奖励、市级奖励、校级奖励、从未获得)的大学生中，对他们的学习主动性及其各因子进行单因素方差分析。结果如表 9 所示。总体来看，不同获奖情况大学生在学习主动性及各维度上存在显著性差异($p < 0.01$)。获得过奖励的学生在学习自觉性($p < 0.001$)，学习情感($p < 0.001$)，学习维持($p < 0.01$)，学习调整($p < 0.001$)四个维度上得分均高于未获得过奖励学生。

Table 9. Comparison of learning initiative and factors of college students with different awards
表 9. 不同获奖情况大学生学习主动性及各因子差异比较

	省级及以上奖励	市级奖励	校级奖励	从未获得	F	p
	$M_1 \pm SD_1$	$M_2 \pm SD_2$	$M_3 \pm SD_3$	$M_4 \pm SD_4$		
学习自觉性	3.35 ± 1.38	3.66 ± 1.11	3.56 ± 0.90	2.87 ± 0.85	11.084	0.000
学习情感	4.45 ± 0.65	3.55 ± 0.96	3.25 ± 01.01	2.87 ± 0.74	19.257	0.000
学习维持	3.58 ± 1.20	3.56 ± 0.96	3.34 ± 0.68	3.07 ± 0.75	5.439	0.001
学习调整	4.18 ± 0.75	3.71 ± 0.83	3.63 ± 0.80	2.79 ± 0.60	33.235	0.000
学习主动性	3.89 ± 0.93	3.62 ± 0.74	3.44 ± 0.51	2.90 ± 0.47	27.508	0.000

经多重比较得到的结果如表 10，获得过省级及以上奖励的学生在学习情感性($p < 0.001$)、学习调整($p < 0.01$)和学习主动性($p < 0.01$)上显著高于获得过校级奖励的学生。获得过省级以上的奖励的学生在学习调整($p < 0.05$)和学习情感性($p < 0.001$)上显著高于获得过市级奖励的学生。获得过市级奖励的学生在学习情感性($p < 0.05$)和学习主动性($p < 0.05$)上显著高于获得过校级奖励的学生。

Table 10. Multiple comparisons of college students' learning initiative and various factors in different award-winning situations
表 10. 不同获奖情况大学生学习主动性及各因子的多重比较

因变量	(I) 奖励	(J) 奖励	MD (I-J)	SE	P
学习自觉性	1	2	−0.312	0.246	0.205
	1	3	−0.215	0.239	0.369
	1	4	0.476	0.244	0.052
	2	3	0.098	0.145	0.499
	2	4	0.788*	0.153	0.000
	3	4	0.691*	0.141	0.000
学习情感性	1	2	0.895*	0.227	0.000
	1	3	1.198*	0.220	0.000
	1	4	1.576*	0.225	0.000
	2	3	0.303*	0.133	0.024
	2	4	0.681*	0.141	0.000
	3	4	0.378*	0.130	0.004
学习维持	1	2	0.015	0.206	0.943
	1	3	0.230	0.200	0.251
	1	4	0.502*	0.205	0.015
	2	3	0.216	0.121	0.077
	2	4	0.487*	0.128	0.000
	3	4	0.272*	0.118	0.022
学习调整	1	2	0.463*	0.189	0.015
	1	3	0.544*	0.184	0.003
	1	4	1.384*	0.188	0.000
	2	3	0.081	0.111	0.465
	2	4	0.921*	0.118	0.000
	3	4	0.840*	0.109	0.000
学习主动性	1	2	0.270	0.151	0.075
	1	3	0.450*	0.147	0.002
	1	4	0.993*	0.150	0.000
	2	3	0.180*	0.089	0.044
	2	4	0.723*	0.094	0.000
	3	4	0.543*	0.087	0.000

注：1 表示省级及以上奖励，2 市级奖励，3 校级奖励，4 从未获得。

5.4. 相关分析

对学习主动性及其四维度进行相关检验，结果如上表 11 所示，表明了学习自觉性、学习情感性、学习维持、学习调整和学习主动性之间均存在显著的正相关($p < 0.01$)，这说明学习自觉性、学习情感性、学习维持和学习调整均能反映学习主动性情况，且各因素之间相互影响，彼此支持和促进。

Table 11. Correlation analysis between learning initiative and its dimensions
表 11. 学习主动性及其各维度之间的相关性分析

	学习自觉性	学习情感性	学习维持	学习调整	学习主动性
学习自觉性	1				
学习情感性	0.387**	1			
学习维持	0.303**	0.350**	1		
学习调整	0.275**	0.337**	0.319**	1	
学习主动性	0.769**	0.784**	0.620**	0.607**	1

6. 结论

6.1. 大学生整体具有中等偏上的学习主动性

调查显示，大学生在学习主动性及其四因子上的得分均处于中等偏上水平，其中排名前一二位的分别是学习自觉性和学习调整，得分分别为 3.376 和 3.445，位于最后一位的是学习情感性，得分为 3.304。这说明当代大学生普遍对自己的学习任务认知清晰，能够完成自己或者老师布置的学习任务，也能够对自己的学习状态、学习效果等进行复盘和调整。学习情感性较低说明当代大学生的压力普遍较高且可能存在学业倦怠情况。

6.2. 女生学习主动性普遍高于男生

本研究显示男生和女生在学习主动性及各维度上均存在显著性差异($p < 0.001$)，女生得分为 3.560 左右，男生得分为 3.138，女生得分显著高于男生，说明女生学习主动性水平高于男生。

6.3. 获得过奖励的学生学习主动性水平高于未获得过奖励学生

具体来看，获得过省部级以上奖励的学生除学习自觉性因子以外，其余三维度(学习情感性、学习维持、学习调整)均显著高于未获得过奖励的学生($p < 0.001$)，且获得过省部级以上奖励的学生在学习情感性($p < 0.001$)、学习调整($p < 0.05$)上还均高于获得过校级和市级奖励的学生。该结果显示获得过省部级奖励的学生和未获得过奖励的学生都具有良好的学习自觉性，但在应对学习压力和对学习情况进行反思调整等方面，获得过省部级以上奖励的学生相较获得过市级、校级和未获得过奖励的学生表现水平更好。

7. 讨论

7.1. 大学生学习主动性整体情况

经过调查显示，大学生学习主动性整体情况处于中上水平，在其四因子中，学习情感性最低。这一结果与以往有关学业压力的相关研究相一致[10]。这可能是由于社会竞争激烈、就业环境不良、网络环境浮躁等原因导致学生对所学专业知识有用性、未来职业选择方向等多方面产生困扰，使得大学生对学习

的热情降低，在学习时易出现焦虑、烦躁、不安等不良情绪体验，只能机械的完成任务但自我效能感低。，因此研究、培养学生的学习主动性尤为重要。

7.2. 不同性别学生学习主动性特点

在对不同性别学生学习主动性特点的研究比较中发现，女生的学习主动性普遍高于男生。这与以往的诸多研究结果相一致，如姜平对福建省诸多本科院校学生学风现状的调查显示，男生挂科率显著高于女生，其挂科率是女生的两倍左右[11]。从男女生性格差异角度看，这可能是由于大学管理较为宽松，男生易受外界诱惑干扰，如电子游戏，体育运动等[12]，导致其学习目标不明确，学习自控性较差。从就业角度看，受性别差异和传统思想影响，女性就业难度普遍高于男性，这也是女生相较男生学习目标更加清晰、学习主动性更强的原因之一[13]。且目前大学授课方式及考评制度更考验学生的细心、耐心，在这一方面，女生普遍表现优于男生。导致男生在学习主动性及各维度得分均低于女生。此外，性别差异在学习主动性上的体现还与学生自身的专业兴趣度、专业就业前景以及教师授课模式等多方因素有关，仍需要进一步探究与分析。

7.3. 不同获奖经历学生学习主动性特点

在对获得过省部级、市级和校级以及未获得过奖励的学生有关学习主动性的研究发现，大学生普遍能够明确自己的学习任务并按时完成，因此获得过省级奖励的学生与未获得奖励的学生在学习自觉性上并无显著性差异。但由于获奖级别越高对学生综合能力的要求越高，因此，获奖级别越高的学生抗压能力、反思调整能力均较强。正是由于其在学习过程中能够保持积极状态，抵御外界压力，做到及时复盘反思，认识到自己的不足并进行调整，从而获得更高级别的奖励。已有研究表明，积极的学业情绪能够促进学生的自我调节能力，从而对学业成就产生间接影响[14]。本研究结论恰巧证明了这一论点。因此，培养学生的抗压能力，对于促进学生的调整自己的学习行为，获得更好的学业成就十分重要。

8. 策略建议

8.1. 树立明确的学习目标

从高中进入大学后，脱离了一切为了高考的学习环境，大学生普遍会出现短暂的学习目标丧失的情况，大部分学生只追求眼前规定学习任务的完成，但没有清晰长久的学习规划，这是导致目前大学“摸鱼”现象严重的原因之一。且这一现象在男生面前反映更为突出。结合以往研究显示，在宽松舒适的管理模式下，男生容易被如游戏这类即时的快感所吸引，加之可能对所学专业兴趣度低，从而深陷其中，等到即将毕业时，毕业就业压力摆在面前，才发现为时已晚。因此，如何引导学生在大学期间及时树立明确的学习目标尤为重要。这就需要高校和教师重视大学生的认知教育，使学生明确所学专业的重要性，专业前景，就业方向等等，帮助学生建立清晰明确的目标，进而实现学习自主性的提高。

8.2. 建立积极的心理暗示

根据调查显示在学习主动性各维度中，大学生的学习情绪感得分最低，普遍存在压力过大或焦虑不安等情绪问题。造成大学生不良情绪问题的原因有很多，学业压力、就业压力、人际关系压力、网络影响等等。外界环境难以一时改变，大学生首先要从自身出发，在学习和生活中尝试建立积极的心理暗示，如在生活中多用积极的语言进行自我鼓励，适当远离网络负面信息，将复杂的学习任务分阶段完成，通过阶段性目标的达成激励自己，从而积累成功的情绪体验等。通过以上方式尝试用自身的积极力量去克服困难解决问题。

8.3. 进行及时的反思调整

随着互联网新媒体的迅速发展，大学生作为手机的重度使用者每日接收大量碎片信息，从而逐渐失去了集中精力深度思考和处理复杂问题的能力。进而在学习过程中，也很少能对自己的学习过程进行深度的反思和思考，只能着眼于当前任务的完成。因此大学生要学会观察和审视自己的学习模式，在阶段性学习过程后，反思自己这段时间的学习状态、生活状态等，进行调整和改进，从而建立对生活的掌控感，是实现学习主动性提高的重要方式。

基金项目

赤峰学院研究生科研创新项目(2024 年度)，项目编号：Cfxyyjskycx2024010。

参考文献

[1] 刘思培. 大学生主动性学习内涵解析与策略研究[J]. 教育评论, 2014(12): 86-88.

[2] 史秋衡, 任可欣. 我国大学生就业能力内涵及其影响因素探析——基于应用型高校与研究型高校的对比[J]. 华东师范大学学报(教育科学版), 2023, 41(8): 1-12.

[3] Bateman, T.S. and Crant, J.M. (1993) The Proactive Component of Organizational Behavior: A Measure and Correlates. *Journal of Organizational Behavior*, **14**, 103-118. https://doi.org/10.1002/job.4030140202

[4] Greenglass, E.R. (2000) Work Rage and Its Psychological Implications. 21*st International STAR Conference*, Bratislava, 20-22 July 2000, 20-22.

[5] 应佳. 大学生学习主动性、时间管理倾向与成就动机的关系研究[D]: [硕士学位论文]. 重庆: 重庆大学, 2011.

[6] 王伟, 雷雳, 王兴超. 大学生主动性人格对学业成绩的影响: 学业自我效能感和学习适应的中介作用[J]. 心理发展与教育, 2016, 32(5): 579-586.

[7] 赵颖楠. 大学生主动性人格对学习倦怠的影响[D]: [硕士学位论文]. 长春: 吉林大学, 2022.

[8] 黄友泉, 谢美华. 大学生学习主动性因子结构探索及现状调查[J]. 高等理科教育, 2013(4): 76-81.

[9] 章慈. 高校学生学习主动性量表的编制及结果分析[J]. 智库时代, 2019, 174(6): 212+281.

[10] 刘梓宸, 赵小青. 当代大学生学业压力现状分析与对策研究——基于贵州省 3300 名大学生学业压力现状的调查研究[J]. 长江丛刊, 2023(30): 97-99.

[11] 姜平, 周文. 大学学风建设现状与对策探索——以福建省为例[J]. 山西能源学院学报, 2022, 35(3): 38-40+57.

[12] 董睿, 李雅超, 胡志民. 北京市本科生网络游戏动机与网络游戏成瘾的关系及其性别差异[J]. 医学与社会, 2023, 36(10): 103-107.

[13] 孟祥敏. 大学生职业生涯规划影响因素研究——基于长三角 9 所高校的调研数据[J]. 中国青年社会科学, 2020, 39(4): 94-102.

[14] 李运福. 大学生在线学习焦虑、自我调节与学习绩效的关系[J]. 教育评论, 2021(9): 99-108.