

皮格马利翁效应干预下提升“学业倦怠” 医学生学业自我效能感的路径探索

龙小林¹, 龙光意^{2*}

¹右江民族医学院附属医院, 广西 百色

²广西城市职业大学智能工程学院, 广西 崇左

收稿日期: 2025年6月30日; 录用日期: 2025年7月29日; 发布日期: 2025年8月6日

摘要

目的: 探索改善学业倦怠医学生学业自我效能感的路径办法。方法: 选取某医学院校143名具有学业倦怠的医学生作为研究对象。采用问卷调查法, 预设皮格马利翁效应在有效提升学业倦怠医学生学业自我效能感的四个途径: 正强化、替代性强化、情绪唤起、支持性氛围。应用SPSS16.0检测皮格马利翁效应干预和学业自我效能感的相关程度。结果: 皮尔逊相关分析显示, 皮格马利翁效应的干预与学业自我效能感之间呈高度正相关关系($r = 0.790, p < 0.01$); 正强化、替代性强化、情绪唤起、支持性氛围的均值均大于3。结论: 皮格马利翁效应干预可有效提升“学业倦怠”医学生的学业自我效能感, 具体可从正强化、替代性强化、情绪唤起、支持性氛围四条途径落实于课堂实际。

关键词

皮格马利翁效应, 学业倦怠, 医学生, 学业自我效能感

A Study on the Path to Enhance the Academic Self-Efficacy of Medical Students with “Academic Burnout” under the Intervention of Pygmalion Effect

Xiaolin Long¹, Guangyi Long^{2*}

¹Affiliated Hospital of Youjiang Medical College of Nationalities, Baise Guangxi

²School of Intelligent Engineering, Guangxi City Vocational University, Chongzuo Guangxi

Received: Jun. 30th, 2025; accepted: Jul. 29th, 2025; published: Aug. 6th, 2025

*通讯作者。

文章引用: 龙小林, 龙光意. 皮格马利翁效应干预下提升“学业倦怠”医学生学业自我效能感的路径探索[J]. 教育进展, 2025, 15(8): 293-299. DOI: 10.12677/ae.2025.1581437

Abstract

Objective: Explore the ways to improve the academic self-efficacy of medical students with academic burnout. **Methods:** A total of 143 medical students with academic burnout from a medical school were selected as the research subjects. A questionnaire survey method was used, and it was assumed that the Pygmalion effect could effectively enhance the academic self-efficacy of medical students with academic burnout through four ways: positive reinforcement, vicarious reinforcement, emotional arousal, and supportive atmosphere. SPSS16.0 was used to test the correlation between the Pygmalion effect intervention and academic self-efficacy. **Results:** Pearson correlation analysis showed that there was a high positive correlation between the Pygmalion effect intervention and academic self-efficacy ($r = 0.790, p < 0.01$). The means of positive reinforcement, vicarious reinforcement, emotional arousal, and supportive atmosphere were all bigger than 3. **Conclusions:** Pygmalion effect intervention can improve the academic self-efficacy of medical students with academic burnout, and it can be implemented in the classroom through four ways: positive reinforcement, vicarious reinforcement, emotional arousal, and supportive atmosphere.

Keywords

Pygmalion Effect, Academic Burnout, Medical Students, Academic Self-Efficacy

Copyright © 2025 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. 引言

我国奉行“健康中国”战略，核心内涵是坚持以人民健康为中心，优先发展健康事业，目标是实现全民健康[1]。人民健康的维持，需要培养大批学业基础扎实的医务工作者。然而，医学生学业倦怠的出现，为未来从业发展埋下风险隐患。学业倦怠是一种与学习活动相关的持续、消极的心理现象持续的学业倦怠不仅会对学生的心理健康产生负面影响，而且能够预测出学生未来可能出现的职业倦怠问题[2]。皮格马利翁效应的实质是通过积极期望培养被期待者获得自我效能感，从而促使被期待者获得成功[3]。

Bandura 认为，学业自我效能感是指学生对自己能否利用所拥有的能力或技能去完成学习任务行动过程的能力判断和自信度评价，是自我效能感在学习领域内的表现。国内学者也对学业自我效能感给出了的定义。学业自我效能感是学生在在学习过程中对自己是否有能力完成学习任务和进行具体学习活动的能力的预测[4]；是个体对自身成功完成学业任务所具有能力的判断与自信[5]；个体的学业能力信念，是学习者对自己能否利用所拥有的能力或技能去完成学习任务的自信程度的评价，是个体对控制自己学习行为和学习成绩能力的一种主观判断[5]；学生对自身应付特定学业问题的能力及从事相应学习活动可能达到的完善程度的评价，它涉及的是学生对自己学业学习能力的自信程度[6]。

通过分析，对学业自我效能感的定义有两方面的共通之处：其一，学业自我效能感是对自己能力的预期和判断，而非能力本身；其二，学业自我效能感，既包括个体是否有能力完成任务的预判和底气，也包括自己能否利用所具备的方法和技能完成任务的预判和底气。因此，如何提升医学生学业自我效能感，降低学业倦怠成为医学教育亟待解决的问题。

2. 对象与方法

2.1. 研究对象

样本采用系统随机抽样, 在某民族医学院校取临床医学、口腔医学、护理学、医学影像学、康复治疗学在内的 143 名具有“学业倦怠”的医学专业在校生作为研究对象。下发问卷 318 份, 回收有效问卷 143 份作为目标样本。

2.2. 研究方法

研究主要采用定量研究, 应用梁宇颂编制的学业自我效能量表及自编皮格马利翁效应干预与学业自我效能感的关系量表组合问卷, 按“很不同意 = 1”、“不同意 = 2”、“一般 = 3”、“同意 = 4”、“非常同意 = 5” Likert 五级记分。如表 1 和表 2 所示, 组合问卷量表 Cronbach α 系数为 0.967, Kaiser-Meyer-Olkin 指数为 0.922, sig = 0.000, 问卷具有较高的信度和效度。

Table 1. Reliability of questionnaire

表 1. 问卷信度

可靠性统计量	
Cronbach's α	项数
0.967	37

Table 2. Validity of questionnaire

表 2. 问卷效度

KMO 和 Bartlett 的检验		
取样足够度的 Kaiser-Meyer-Olkin 度量。		0.922
	近似卡方	4950.042
Bartlett 的球形度检验	df	666
	Sig.	0.000

学业自我效能感量表由学习能力效能感和学习行为效能感两个维度构成, 用于探索医学生的“躺平”范围及“学业倦怠”医学生学业自我效能感的现状。皮格马利翁效应干预与学业自我效能感提升的关系量表由提前预设的正强化、替代性强化、情绪唤起、支持性氛围四个维度组成。用于检测这四个维度在“学业倦怠”医学生学业自我效能感提升方面的效用机制, 据此找出皮格马利翁效应干预下提升“学业倦怠”医学生学业自我效能感的方法路径。

2.3. 统计处理

通过问卷星收集问卷, 筛查出具有“学业倦怠”的医学生, 用 SPSS16.0 数据分析软件对数据结果进行描述性统计和皮尔逊双变量相关分析。

3. 结果

3.1. 学业自我效能感的现状

在参与调查的 318 位医学生中, 44.97% 的医学生根据“学业倦怠”的定义并结合自身情况选择了“是”,

即有接近一半的受调查学生表示自己有“学业倦怠”。如表 3 所示, 学习能力自我效能感和学习行为自我效能感现状的均值分别为 3.2028 和 3.2428, 均值均大于 2.5。表明受调查医学生中有不少学生不同意自身在学习能力和学习行为方面具备良好的自我效能感。综合来看, 该数据反映了医学生学业自我效能感总体呈现较低态势。

Table 3. The mean of self-efficacy of learning ability and learning behavior

表 3. 学习能力自我效能感和学习行为自我效能感均值

		学习能力自我效能感	学习行为自我效能感
N	有效	143	143
	缺失	175	175
均值		3.2028	3.2428
标准差		0.72805	0.62499
极小值		1.00	1.00
极大值		5.00	5.00

3.2. 皮格马利翁效应干预与学业自我效能感的关系

如表 4 所示, 皮尔逊相关分析显示, 皮格马利翁效应干预与学业自我效能感之间呈高度正相关关系 ($r = 0.790, p < 0.01$)。研究数据结果表明, 皮格马利翁效应的干预, 能有效提升“学业倦怠”医学生的学业自我效能感。

Table 4. The relationship between Pygmalion effect intervention and academic self-efficacy

表 4. 皮格马利翁效应干预与学业自我效能感的关系

		学业自我效能感	皮格马利翁效应干预
学业自我效能感	Pearson 相关性	1	0.790**
	显著性(双侧)		0.000
	N	143	143
皮格马利翁效应干预	Pearson 相关性	0.790**	1
	显著性(双侧)	0.000	
	N	143	143

如表 5 所示, 在皮格马利翁效应干预预设的四个具体方法维度中, 正强化的均值为 3.5052、替代性强化的均值为 3.3986、支持性氛围的均值为 3.3804、情绪唤起的均值为 3.3531。四项维度的均值均大于 3, 说明受调查的“学业倦怠”医学生中, 大多数学生赞同这四个维度对自身学业自我效能感的正向影响。其中, 正强化的均值占比最大。说明教师的口头认可、言语激励、实物奖励、课堂积分等正强化教学手段对“学业倦怠”医学生学业自我效能感的提升有直接影响。

3.3. 皮格马利翁效应干预的预设维度与学业自我效能感之间的关系

研究者还探究了四个预设维度与“学业倦怠”医学生学业自我效能感的相关性。如表 6 所示, 皮尔逊相关分析显示, 正强化与学业自我效能感呈高度正相关关系 ($r = 0.764, p < 0.01$), 替代性强化的与学业自

我效能感呈中度正相关关系($r = 0.682, p < 0.01$) ($|0.40| \leq r \leq |0.70|$), 支持性氛围与学业自我效能感呈高度正相关关系($r = 0.745, p < 0.01$), 情绪唤起与学业自我效能感呈高度正相关关系($r = 0.740, p < 0.01$)。

Table 5. The mean of the preset dimensions

表 5. 预设维度的均值

	N	极小值	极大值	均值	标准差
正强化	143	1.00	5.00	3.5052	0.83469
替代性强化	143	1.00	5.00	3.3986	0.84245
支持性氛围	143	1.00	5.00	3.3804	0.68230
情绪唤起	143	1.00	5.00	3.3531	0.81109
有效的 N (列表状态)	143				

Table 6. Relationship between preset dimensions and academic self-efficacy

表 6. 预设维度与学业自我效能感之间的关系

		正强化	替代性强化	支持性氛围	情绪唤起	学业自我效能感
正强化	Pearson 相关性	1	0.861**	0.785**	0.875**	0.764**
	显著性(双侧)		0.000	0.000	0.000	0.000
	N	143	143	143	143	143
替代性强化	Pearson 相关性	0.861**	1	0.736**	0.859**	0.682**
	显著性(双侧)	0.000		0.000	0.000	0.000
	N	143	143	143	143	143
支持性氛围	Pearson 相关性	0.785**	0.736**	1	0.801**	0.745**
	显著性(双侧)	0.000	0.000		0.000	0.000
	N	143	143	143	143	143
情绪唤起	Pearson 相关性	0.875**	0.859**	0.801**	1	0.740**
	显著性(双侧)	0.000	0.000	0.000		0.000
	N	143	143	143	143	143
学业自我效能感	Pearson 相关性	0.764**	0.682**	0.745**	0.740**	1
	显著性(双侧)	0.000	0.000	0.000	0.000	
	N	143	143	143	143	143

**：在 0.01 水平(双侧)上显著相关。

4. 讨论

医学事业的发展, 需要具有扎实学业基础的医学人才。然而医学生躺平现象令人堪忧, 本研究发现, 44.97%的医学生初具学业倦怠或长期处于躺平的症结之中。研究还发现, 皮格马利翁效应干预与学业自我效能感之间呈高度正相关关系, 研究所预设的四个维度也均能在不同程度有效提升“学业倦怠”医学生的学业自我效能感。因此, 在具体教学过程中可以由主到次地采取相应教学手段。

4.1. 正强化要重视

正强化是通过奖励来增强某种行为的发生频率。强化物的选择和落实是奖励的关键, 要充分了解医学生群体需求及个体性格特征, 进行针对性强化。具体可以采取以下措施: 第一、设定明确的目标和奖励: 为医学生设定短期和长期的学习目标, 并在他们达成目标时履行承诺给予奖励, 如奖学金、学术荣誉或三甲医院的实习机会。第二、奖励要及时和具体: 及时给予医学生积极的反馈, 并让其清楚是因为什么受到了表扬, 而不是笼统概括。第三、提供多样化的奖励形式: 除了物质奖励, 还可以提供精神奖励, 如表扬信、公开表扬等。

4.2. 支持性氛围要营造

支持性氛围是通过提供支持和帮助来增强行为的发生。可以采取以下措施: 第一, 建立支持网络。建立一对一导师制度, 安排导师定期与学生见面, 讨论学术进展和职业规划, 提供学业和心理支持。第二, 提供资源与技术支持, 增强医学生成功体验。鼓励医学生参与医学科研项目, 提供科研经费和指导。提供学术资源、在线资源、实验室设备, 确保学生有访问最新医学书籍、期刊和数据库的权限。第三, 鼓励合作, 增强医学生社区感。支持学生组织和参加各种社团活动, 增强团队合作精神; 建立校友网络, 邀请校友分享经验, 提供职业指导。鼓励同伴间、年级间的合作与交流, 形成互助学习的氛围, 增强集体归属感和支持感。

4.3. 情绪唤起要落实

情绪唤起是通过激发积极的情绪来增强行为的发生。可以采取以下措施: 第一, 营造积极的学习氛围。通过组织有趣的学习活动、临床技能大赛和讨论会, 激发医学生的学习兴趣 and 热情。第二, 心理辅导。提供心理辅导服务, 帮助学生管理压力和焦虑, 增强他们的情绪调节能力。第三, 激励演讲。邀请知名医生或学者进行激励演讲, 激发学生的学习热情和职业使命感。

4.4. 替代性强化要辅助

替代性强化是通过观察他人获得奖励来增强自己的行为。可以采取以下措施: 第一, 榜样示范的选材要仰望星空, 也要脚踏实地。例如, 邀请抗击新冠疫情功臣人物开展讲座, 激起医学生悬壶济世的远大抱负。也可邀请本校优秀毕业生或身边成功的医务工作者分享他们的学习经验和职业发展路径, 激起医学生的可获得感, 增强学习动力。第二, 同伴学习。组织学习小组, 让学生互相监督和鼓励, 通过观察同伴的努力和进步来激发自己的学习动力。

本研究从心理学的角度, 通过正强化、替代性强化、情绪唤起和支持性氛围的综合应用, 一定程度上可以提高医学生的学业自我效能感, 增强其学习动力和信心, 促进学业成功。因此, 本研究具有较大的理论和实践双重意义。理论上, 研究丰富了皮格马利翁效应在教育领域的应用研究, 深化对学业自我效能感影响因素的理解。实践上, 研究为教育工作者提供了有效的干预策略, 帮助医学生提升学业自我效能感, 促进其学业和职业发展。在未来的研究中, 可从教育学的角度进一步探索提升学业倦怠医学生学业自我效能感的干预模式和路径办法。

基金项目

右江民族医学院 2023 年辅导员专项课题, 课题编号: Fdy2023A04。

参考文献

[1] 王志康, 李怡林, 刘熠芳, 等. 我国卫生健康领域“三大体系”发展及协同模式建设探析: 基于健康中国视域[J].

中国卫生事业管理, 2025, 42(6): 601-605.

- [2] 张道芬, 高晓妹, 胡玲. 医学生专业认同与学业倦怠的关系: 学业自我效能感与学习投入的链式中介作用[J]. 锦州医科大学学报(社会科学版), 2024, 22(3): 73-76.
- [3] 贺林茂, 何智. “皮格马利翁效应”在大学英语教学中的运用[J]. 黑龙江高教研究, 2010(10): 187-188.
- [4] 李荟, 辛涛, 谷生华, 申继亮. 中学生自我效能感、学习策略与学习成绩关系的研究. 教育研究与实验, 1998(4): 48-52.
- [5] 梁宇颂. 大学生成就目标、归因方式与学业自我效能感的研究[D]: [硕士学位论文]. 武汉: 华中师范大学, 2000.
- [6] 边玉芳. 学习自我效能感量表的编制与应用[D]: [博士学位论文]. 上海: 华东师范大学, 2003.