

The Characteristics of Medical University Undergraduates' Self-Regulation and Its Relationship with the Academic Self-Efficacy

Wanjie Song

Faculty of Psychology, Southwest University, Chongqing
Email: 1085364385@qq.com

Received: Dec. 22nd, 2016; accepted: Jan. 9th, 2017; published: Jan. 12th, 2017

Copyright © 2017 by author 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

Abstract

Objective: To analyze the characteristics of medical university undergraduates' self-regulation and its relationship with the academic self-efficacy. **Method:** 300 students were surveyed using the undergraduates' self-regulation questionnaire and the academic self-efficacy questionnaire. **Results:** 1) the level of medical university undergraduates' self-regulation is relatively high. 2) Medical university undergraduates' self-regulation has the interaction between gender and grade. The self-regulation of different gender has significant differences in grade one, grade two and grade three. The self-regulation of boys has significant differences between different grades. 3) Medical university undergraduates' self-regulation has the interaction between profession and grade. The self-regulation of different profession has significant differences in grade three. Both the self-regulation of medical profession and non-medical profession has significant differences in different grades. 4) The self-regulation has positive correlation with self-efficacy.

Keywords

Undergraduate, Self-Regulation, Academic Self-Efficacy

医学院大学生自我调节特点及其与学业自我效能感的关系

宋婉杰

西南大学心理学部, 重庆
Email: 1085364385@qq.com

收稿日期: 2016年12月22日; 录用日期: 2017年1月9日; 发布日期: 2017年1月12日

摘要

目的: 研究医学院大学生自我调节的特点及其与自我效能的关系。方法: 采用大学生自我调节问卷和学业自我效能感问卷对300名医学院学生进行自我调查。结果: (1) 医学院大学生的自我调节水平较高。(2) 医学院大学生自我调节在性别与年级间存在交互作用, 性别因素在大一、大二、大三水平上显著, 年级因素在男生水平上显著。(3) 医学院大学生自我调节在专业与年级间存在交互作用, 专业因素在大三年级水平上显著, 年级因素在医学专业水平与非医学专业水平上均显著。(4) 自我调节与学业自我效能感存在显著正相关。

关键词

大学生, 自我调节, 学业自我效能感

1. 文献综述

1.1. 自我调节概念的界定

自我调节(self-regulation)的概念最初起源于生物学, 指生物体能够调节自身的体内环境使其保持相对稳定的状态, 它或多或少能够减少生物对外界条件的依赖性[1]。所有调控理论的基本假设都认为生物有机体的调节功能就是“缩小现实与最佳情形之间的差异”, 反馈机制是其中的一个重要过程, 它使机体的功能处于或接近稳态, 即在生理和心理的关键指标上保持在适应性的限制范围中。

不同的研究者从自己的视角出发对自我调节有着各自的理解。总的看来, 自我调节有这样比较一致的看法, 这是一种控制自己的活动, 特别是将自我与被喜爱的标准统一起来的活动[2]。

(1) 从能力角度对自我调节的界定

Kopp 认为, 自我调节是个体自我意识发展到一定程度所具有的功能, 是个体自主地调节行为, 使其与个人价值和社会期望相匹配的能力[3]。也就是说, 自我调节是个体的一种内在能力, 外在表现为一组相关行为。儿童通过自我调节能制止或引发特定的行为, 主要包括抑制冲动、抵制诱惑、延迟满足、制定和完成行为计划以及采取适应于社会情景的行为方式五个方面。Demetriou 则认为自我调节能力必须满足三个条件: 1) 必须包括一个能提供和更新信息, 并与系统当前状态或正在进行的活动相关的自我监控功能; 2) 必须包括一个有组织的自我表征系统, 这个表征系统描述了自我的本质、历史、趋势、偏好和未来的指向; 3) 必须包括一个能够从当前状态或活动转向其他状态或活动的自我改变技能[4]。

(2) 从过程角度对自我调节的界定

Zimmerman 认为自我调节是由个人、环境和行为三者相互作用决定的, 是个体为了达到目标而自发产生的有计划的和重复的想法、感情和行为[5]。这个定义不强调人的单一特质、能力或获得能力的发展阶段, 而是根据决定于信念、动机的当前行为和内在过程来理解的, 这个内在过程可以解释为什么一个人采取这种自我调节方式而不是其他的。与 Zimmerman 决定于信念、动机的当前行为和内在过程来理解自我调节不同, Karoly 从目标引导角度来定义自我调节。他认为自我调节是一种使个体随着时间和环境

的变化而引导自己目标定向的内部处理机制，他将自我调节看作是一个内部的相互作用过程，它能够指引个体的目标导向行为，这个过程包括五个相互联系的重复阶段：1) 目标选择；2) 目标认识；3) 方向维持；4) 方向的改变或修正；5) 目标终止。当规律性的活动或目标方向受到阻碍和影响自我调节的机制就启动[6]。

1.2. 自我调节的理论

(1) 认知建构观

Piaget 认为图式是人类学习和记忆的基础，主张自我调节是人类为了适应和生存而与生俱来的[7]。在发展阶段中，个人在心理上会不断经历平衡和失衡的交替状态，而对失衡状态的冲突调适，即是驱使个人认知结构发展的动力[8]。因此，认知建构论以认知冲突的观点来解释自我调节的产生，而人类最重要的特质即是具备自我调节的能力，它提供我们适应上的优势，使其在外在变迁的环境下生存繁衍。

(2) 社会认知观

班杜拉在社会学习理论的基础上从社会认知角度进行分析，他认为自我调节的进行需要借助于一系列子功能的发挥，这些子功能是实现自我定向的转变所必须形成和启动的。他认为自我调节包含三个基本的亚过程。第一个亚过程是自我观察，指人们根据不同活动中存在的不同衡量标准，对行为表现进行观察的过程。班杜拉认为，自我观察至少有两个重要功能，一是提供必要的信息以确定符合现实的行为标准，二是为评价行为提供信息；第二个亚过程是自我判断，指人们为自己的行为确立某个目标，以此来判断自己的行为与标准间的差距并引起肯定的或否定的自我评价过程；第三个亚过程是自我反应，指个人对自己的行为做出评价产生自我满足、自豪和自我批评等内心体验[9]。

(3) 动态的自我监控观

董奇从动态、过程的角度出发，将自我监控(self-regulation)划分为计划、监察、检查、评价、反馈、控制和调节等一系列连续的环节。他认为，自我监控的动态结构和活动的发展进程是紧密联系的，完整而全面的自我监控动态结构，应当具体表现在实践活动的不同过程、阶段上对自己实践行为的反馈和控制，即实践活动前对目标的设定、行为的计划、安排和准备，实践活动之中对自己实践行为的意识、执行和控制，实践活动之后对自己实践行为的反馈和修正以及更高层次的反省和总结[10]。

(4) 分析与小结

从上面的理论模型中可以看出，大多数的模型都认为，有这样几部分对自我调节是十分重要的：

设定目标：设定一个标准，这个标准是我们努力想完成的。主要包含两层意思，一是个体在行动前是否会设定目标；二是个体所设定目标的合理性。

制定计划：个体对设定的目标做出相应的分析，围绕目标制定实现目标的计划。包含如下两层意思：一是个体是否会制定计划；二是个体是否围绕目标制定计划。

执行计划：指在完成某件事情的过程中，个体是否会按照计划行动。包含以下几层意思，一是个行动过程中是否以目标为导向；二是个体在行动中能否在面对诱惑时控制自己的冲动；三是个体行动的坚持性。

自我监察：指个体对自己的行为进行自我观察和评价，获得当前的活动信息。包含以下两层意思，一是对正在进行的个体活动信息的觉察；二是当前状态和目标间差异的比较和觉察，实际就是一种反馈。

自我反应：在自我监察的基础上做出决定改变或不改变。包含两层意思：一是自我监察的信息表明当前行动有效，继续保持；二是自我监察的信息表明行动无效，需要做出行动的改变或者调整。

1.3. 自我效能感的定义

自我效能感是指人们对自己是否能够成功地进行某一成就行为的主观判断，是社会学习理论的核心

概念，它是直接影响个体自我调控的关键变量[11]。班杜拉等人认为，自我效能感具有决定人们对活动的选择及对该活动的坚持性，影响人们在困难面前的态度，影响新行为的获得和习得行为的表现，进而影响活动时的情绪等作用。路海东和张丽娜认为自我效能主要是通过选择过程、认知过程、动机过程和情绪反应等四种方式作用于学习主体的：第一，选择过程。当个体面临不同的环境条件时，选择什么环境主要取决于他的自我效能感。个体往往会选择自己觉得能够有效应付的环境，而避免那些无法控制的环境，这些环境反过来会影响其行为和人格的发展。在不同的活动中，个体与之发生互动的对象对个体知识和技能的要求不同，获得的体验也会有所不同，各种不同的活动方式都具有转化为个体直接经验的潜在可能性。因此，个体对不同活动方式的选择，就决定了人性潜能在哪些方面得到了开发，在哪些方面又被忽视开发。第二，认知过程。个体的行动要受到思维的支配并对未来的行为结果进行预测。预期目标的设定则受到自我效能感的影响。自我效能感强，个体设定的目标就越具有挑战性，其成就动机也越高。自我效能感强的人往往把行为的成功归因为自己的能力和努力，把行为的失败归因为自己努力程度的不足。这种思维方式能促使个体提高动机水平，发展技能。第三，动机过程。自我效能通过动机过程对个体发生作用并影响到个体在活动过程中的努力程度。自我效能感强的人在活动中会做出更多的努力并持之以恒，直到达到活动的目标。第四，情绪反应。自我效能将决定个体的应激状态、焦虑和抑郁等情绪反应。自我效能感强的人相信自己能够对环境中的潜在威胁施以有效控制，自我效能感低的人则常常体验到强烈的应激反应和焦虑，并会采取消极的退避行为或者防卫行为，这些行为方式大大限制了个体主动性的发挥[12]。

1.4. 自我效能感的影响因素

(1) 个体亲历的掌握性经验

亲历的掌握性经验是指个体通过自己的亲身行为操作所获得的关于自身能力的直接经验[13]。一般来说，成功的学习经验会提高个人的学习自我效能感。反复的失败经验会降低学习者的自我效能感。不过事情也并非如此简单，成败经验对自我效能感的影响还受到个体归因方式的左右。

(2) 观察他人的替代性经验

替代性经验是指通过观察他人的行为和结果获得相关信息并以此形成对自己能力预期的间接经验。如果观察者与榜样在诸如年龄、经验、能力等特征方面相近，榜样的成功能促进观察者自我效能感的提高。增强其实现同样目标的信心。

(3) 言语劝导

说服性的建议、劝告、解释以及自我规劝被广泛用来说服人们去相信自己的能力。为个体能力判断提供信息来源。说服性效能评价是否可靠，必须根据劝说者身份、地位、信誉以及他们对活动性质的了解情况来权衡。教师或家长作为对学生发展起着重要影响作用的重要他人，其评价、建议、鼓励、暗示等行为会极大地影响着学生自我效能感的形成。当然言语劝导信息的价值取决于它是否切合实际，缺乏事实基础的言语劝导对形成自我效能感的效果不大，在直接经验或替代性经验基础上进行劝说和鼓励效果较好。

(4) 学生的自身生理状态

由生理唤醒传出的信息，同样可以通过评价过程影响自我效能感。例如，学生往往把自己在紧张痛苦的情境中的机体唤醒水平视为个体无效控制的信号，降低其自我效能感；把在轻松愉快的情境下的机体唤醒水平视为个体自信的表现。但是，生理唤醒对自我效能感的影响，需要以学生的认知评价为中介，归因方式在此起着重要的作用。

(5) 自我效能信息的认知加工

与评价个人能力相关的信息。无论它是通过亲身经历的、替代性的、说服性的还是生理性的途径传输。本身都不会直接产生作用。他们只有通过认知评价才具有指导意义。因为环境时间本身的信息，并不等于经过选择、比较和整合的自我效能评价信息。人们在评价自我效能时，一般需要比较和整合来自多方面的效能信息[14]。

1.5. 问题提出

从自我调节的角度看，当前对自我调节结构的看法还不太统一，不同研究者建构的自我调节理论存在一定的分歧。其次，对大学生自我调节特点，特别是对医学院大学生自我调节特点的研究还比较缺乏。从有关自我效能感的研究可以发现，面对困难时具有高自我效能感的个体设定更高的目标、付出更多的努力、坚持更长的时间[15]。而自我调节也涉及目标设定与行动坚持性等方面。因此，作为学生努力程度的指标之一，自我效能感可能与自我调节水平有一定程度的相关。目前自我调节与自我效能感的关系的研究多集中在中学生和大学生阶段，但具体到医学院大学生，则研究的较少。

因此，本研究就医学院医学专业与非医学专业大学生为研究对象，着重研究医学院大学生自我调节的特点及自我调节与学业自我效能感的关系。

2. 研究目的与假设

2.1. 目的

- (1) 了解医学院大学生自我调节的特点。
- (2) 探讨医学院大学生自我调节与学业自我效能感的关系。

2.2. 假设

- (1) 医学院大学生自我调节特点表现为：医学院大学生自我调节在人口学变量如性别、年级、专业等方面存在显著差异。
- (2) 医学院大学生自我调节与学业自我效能呈显著正相关。

3. 对象与方法

3.1. 被试

采用分层随机抽样抽取新乡医学院本科生 300 名，包含从大一到大四的医学专业、非医学专业两大类的大学生。发放问卷 300 份，回收问卷 263 份，回收率 87.67%，被试构成如下表 1。

3.2. 测量工具

(1) 大学生自我调节问卷

问卷共有 30 个项目，包含 5 个维度，每个项目以自陈的方式呈现，采用李克特 5 点计分。作答时，请被试就题目叙述的内容与自己实际情况的符合程度，从“完全不符合”、“比较不符合”、“不确定”、“比较符合”、“完全符合”五个选项中，勾选出最适当的一项。记分方法是：正向叙述的题目从“完全不符合”到“完全符合”五项分别记 1, 2, 3, 4, 5 分；反向叙述的题目从“不完全符合”到“非常符合”五项分别记 5, 4, 3, 2, 1 分。通过这种转换，将所有的项目都变成正向记分。在每一项目上的得分越高，表示自我调节水平越高。采取克伦巴赫 Cronbach alpha 系数鉴定量表的信度。各因子内部的一致性 Cronbach alpha 系数在 0.748 到 0.835 之间，总量表的内部 alpha 系数为 0.903，表明本量表有较高的信度。此外，本研究还通过考察自我调节各因素之间的相关来对量表结构的合理性进行分析和验证。

Table 1. Subjects constitution**表 1.** 被试构成

		年 级				
		大一	大二	大三	大四	总计
性 别	男	15	36	19	13	83
	女	40	40	64	36	180
专 业	医学	37	41	50	22	150
	非医学	18	35	33	27	113
总 计		55	76	83	49	

而各维度与总量表的相关在 0.632~0.794 之间, 存在较高的相关, 表明各维度与理论概念一致。

(2) 学业自我效能感问卷

学业自我效能感问卷共 6 个项目, 也是采用李克特 5 点计分, 其内部一致性系数为 0.83, 表明此量表具有良好的信度。用验证性因素来检验问卷的结构效度, 表明问卷具有较好的单维结构。

3.3. 统计分析

调查所得数据用 SPSS11.0 for Windows 进行处理和分析, 主要采用方差分析与相关分析。

4. 研究结果与分析

4.1. 医学院大学生自我调节的总体特点

从上表 2 可以看出, 自我调节的整个维度中, 自我反应的平均分最高($M = 3.643, SD = 0.564$), 其次依次为设定目标、自我监察、执行计划, 最低的是制定计划维度($M = 3.264, SD = 0.543$)。大学生群体自我调节的平均分为 3.461 分, 表明医学院大学生的自我调节水平较高。

4.2. 医学院不同类型大学生自我调节的特点

为了探讨年级、性别以及专业等人口学变量上大学生自我调节的特点, 以性别、专业、年级三个因素作为自变量, 自我调节作为因变量分别进行方差分析。结果发现性别年级专业三因素之间的交互作用并不显著($F = 1.684, P > 0.05$), 此时需要分析两因素之间的交互作用。如表 3 所示, 性别与年级、专业与年级两两间存在交互作用($F = 3.315, P < 0.05$), ($F = 7.229, P < 0.05$)。因此需进一步做简单效应分析。

(1) 医学院大学生自我调节的性别、年级差异

从表 4 中可以得知, 性别因素在大一、大二、大三水平上显著($F = 4.162, P < 0.05$) ($F = 6.39, P < 0.05$) ($F = 10.32, P < 0.05$)。在大四水平上不显著($F = 3.315, P > 0.05$)。表明在大一、大二、大三这三个年级中, 不同性别学生的自我调节水平均有显著差异, 且女生的自我调节水平($M = 3.539, SD = 0.370$) ($M = 3.440, SD = 0.372$) ($M = 3.541, SD = 0.383$)显著高于男生($M = 3.307, SD = 0.414$) ($M = 3.186, SD = 0.308$) ($M = 3.151, SD = 0.499$)。从表 4 中还可得知, 年级因素在男生水平上显著($F = 13.46, P < 0.05$), 在女生水平上不显著($F = 1.26, P > 0.05$)。表明在不同年级间男大学生的自我调节水平存在显著差异。结合表 5 可知, 一年级与四年级、二年级与四年级、三年级与四年级的男大学生的自我调节水平均有显著差异。且四年级男大学生的自我调节水平($M = 3.854, SD = 0.538$)显著高于其它三个年级($M = 3.307, SD = 0.414$) ($M = 3.186, SD = 0.308$) ($M = 3.151, SD = 0.499$)。

(2) 医学院大学生自我调节的专业、年级差异

Table 2. The description of the college students' self-regulation**表 2.** 大学生自我调节描述

	设定目标	制定计划	执行计划	自我监察	自我反应	自我调节
平均数	3.550	3.264	3.366	3.547	3.643	3.461
标准差	0.545	0.543	0.539	0.526	0.564	0.431

Table 3. The test of interaction effect of various factors on self-regulation**表 3.** 自我调节各因素间交互作用检验

	Df	Mean Square	F	Sig.
性别*年级	3	0.481	3.315	0.021
性别*专业	1	0.048	0.332	0.565
年级*专业	3	1.050	7.229	0.000
性别*年级*专业	3	0.245	1.684	0.171

Table 4. Simple effect test of gender and grade on self-regulation**表 4.** 自我调节性别、年级简单效应检验

	SS	Df	Mean Square	F	Sig.
性别					
在大一水平	0.73	1	0.73	4.16	0.042
在大二水平	1.12	1	1.12	6.39	0.012
在大三水平	1.81	1	1.81	10.32	0.001
在大四水平	0.04	1	0.04	0.25	0.618
年级					
在男生水平	6.54	3	6.54	13.46	0.000
在女生水平	0.61	3	0.61	1.26	0.289

Table 5. Grade difference test of male college students on self-regulation**表 5.** 男大学生年级间差异性检验

年级	均方	F
一年级	0.15	0.96
	0.20	1.27
	0.67	4.21*
二年级	0.02	0.09
	1.78	11.11**
三年级	1.68	10.51**

从表 6 中可以得知, 专业因素在大三年级水平上显著($F = 13.93, P < 0.05$)。在大一、大二、大四水平上不显著。表明在大三年级中, 不同专业学生的自我调节水平有显著差异, 且大三年级非医学专业学生的自我调节水平($M = 3.665, SD = 0.405$)显著高于医学专业学生的自我调节水平($M = 3.311, SD = 0.409$)。从表 6 中还可得知, 年级因素在医学专业水平和非医学专业水平上均显著($F = 4.14, P < 0.05$) ($F = 8.82, P < 0.05$), 结合表 7、表 8 可知, 一年级与三年级、二年级与四年级、三年级与四年级医学专业大学生的自

Table 6. Simple effect test of profession and grade on self-regulation**表 6.** 自我调节专业、年级简单效应检验

		Df	Mean Square	F	Sig.
专业	在 大一水平	1	0.28	1.51	0.221
	在 大二水平	1	0.05	0.26	0.608
	在 大三水平	1	2.46	13.93	0.000
	在 大四水平	1	0.44	2.37	0.125
年级	在 医学专业水平	3	0.74	4.14	0.007
	在 非医学专业水平	3	1.50	8.82	0.000

Table 7. Grade difference test of medical professional college students on self-regulation**表 7.** 医学专业大学生年级间差异性检验

年级		均方	F
一年级	二年级	0.56	3.48
	三年级	0.97	6.06*
	四年级	0.08	0.50
二年级	三年级	0.04	0.25
	四年级	0.86	5.38*
三年级	四年级	1.28	8.00**

Table 8. Grade difference test of non-medical professional college students on self-regulation**表 8.** 非医学专业大学生年级间差异性检验

年级		均方	F
一年级	二年级	0.10	0.63
	三年级	0.97	6.06*
	四年级	1.48	9.25**
二年级	三年级	2.51	15.69**
	四年级	3.31	20.69**
三年级	四年级	0.10	0.63

我调节水平均有显著差异。一年级与三年级、一年级与四年级、二年级与三年级、二年级与四年级非医学专业大学生的自我调节水平有显著差异。医学专业学生的自我调节水平在大四年级最高($M = 3.600$, $SD = 0.460$), 其次依次为大一年级($M = 3.524$, $SD = 0.388$)、大二二年级($M = 3.354$, $SD = 0.360$)、大三三年级($M = 3.311$, $SD = 0.409$)。非医学专业学生的自我调节水平在大四年级最高($M = 3.746$, $SD = 0.476$), 其次依次为大三三年级($M = 3.665$, $SD = 0.405$)、大一年级($M = 3.376$, $SD = 0.394$)、大二二年级($M = 3.280$, $SD = 0.370$)。

(3) 医学院大学生自我调节水平与学业自我效能感的相关分析

表 9 的结果显示, 医学院大学生自我调节能力与学业自我效能感存在显著的正相关, 达到了 0.01 的显著性水平。

Table 9. The correlations of college students' self-regulation and academic self-efficacy
表 9. 医学院大学生自我调节与学业自我效能感的相关

	学业自我效能感	Sig.
自我调节	0.301	0.000

5. 讨论

5.1. 医学院大学生自我调节的总体特征

本研究发现,大学生在自我调节得分上较高。而在自我调节的整个维度中,自我反应的平均分最高,最低的是制定计划维度。大学生自我调节水平的偏高与大学生的身心发展有着一定的关系,大学生群体属于青少年阶段的后期,生理已经基本成熟,而伴随生理成熟的还有青少年的自我意识。万生认为青年的自我认识的自觉性和主动性都已经大大提高,自我评价的途径也得到进一步完善、客观性和稳定性都有了较大的提高[16]。王树秀和井卫英有关大学生自我意识的研究也发现大学生群体的自我意识水平都较高,自我意识中的自我控制也位于较高的水平[17]。自我调节的多个维度和自我认识、自我评价都有着密切的关系,而这可能是导致大学生自我调节整体偏高的原因。各维度的比较发现,大学生在自我反应因子的得分最高,而制定计划因子则最低。可能对于大学生而言,设定目标以及判断行动后取得的效果是否与原计划一致,是否做出行动的改变或调整,即自我反应会相对容易些,而围绕目标制定合理、明确的计划会相对困难。

5.2. 医学院大学生自我调节的性别、年级差异

本研究发现,在大一、大二、大三三个年级中,女生的自我调节水平显著高于男生,而在大四年级,男生的自我调节水平则高于女生,但差异并不显著。另外,不同年级间男大学生的自我调节水平存在显著差异。其中一年级与四年级、二年级与四年级、三年级与四年级的男大学生的自我调节水平存在显著差异且四年级男大学生的自我调节水平最高。这可能是因为,其一,女生在生活中自觉性、自律性一般要优于男生,而男生在自我控制方面则表现的不如女生,这是整个文化背景在大学生群体上的表现,即女生普遍表现出“听话”、“自觉”,而男生表现出的是“没耐心”。其二,女生在情感上可能表现的更加细腻,做事情考虑的更加周到,而男生则表现比较“大大咧咧”、“随意”,做事情缺乏周全的考虑。有关大学生的自我监控能力的研究中也发现,女生在自我控制的得分以及监控总分显著高于男生[18]。大四许多学生要考虑考研、考公务员或就业等问题,此时男生会开始设定清晰的目标计划并严于律己,自我调节水平会骤升。因此,在大一、大二、大三三个年级中,女生的自我调节水平显著高于男生,而到了大四,迫于压力、责任等因素,男生的自我调节水平会升高,并显著高于其它三个年级。

5.3. 医学院大学生自我调节的专业、年级差异

本研究表明,一、在大三三年级中,不同专业学生的自我调节水平有显著差异,非医学专业学生的自我调节水平显著高于医学专业学生的自我调节水平。而大一、大二、大四年级医学专业与非医学专业的自我调节水平差异并不显著。这可能是因为,无论是医学专业还是非医学专业学生,在刚进入大学的大一期间,主要是适应大学生活,对大多数事情是以新鲜而好奇的心态对待。大二期间,随着对大学生活的适应和了解,生活逐渐变得按部就班。因为医学院非医学专业学生是四年制,所以较之五年制的医学专业学生,非医学专业学生在大三期间就会感受到就业压力从而设定目标并认真准备,而医学专业学生在大三期间可能还没有这种意识,到大四才会着手准备。因此大三年级医学专业与非医学专业学生的自我调节水平会有显著差异。二、医学专业大学生的自我调节水平在不同年级间有显著差异,一年级与三

年级、二年级与四年级、三年级与四年级医学专业大学生的自我调节水平均有显著差异。在一、二、三年级，自我调节水平呈现出随年级升高而下降的趋势，而四年级的自我调节水平要高于其它三个年级，这和当前的研究结果基本一致。Neal 和 Carey 等研究发现不同学期的学生在自我调节总分上存在的差异，刚入学的学生高于入学一个学期的学生[19]。分析其原因可能是大一新生可能对环境比较陌生，没有机会接触较多外在的刺激和诱惑，而且会与同学进行较多积极的比较，在面对困难或者困惑的时候，不愿意轻易放弃自己的追求，因此在追逐目标的过程中他们表现出更大的自我控制能力，而随着时间的推移，对外在的环境越来越熟悉，生活中的种种刺激对他们的诱惑也越来越大，在行动不顺利或遇到烦恼时，他们会将注意力转移到外在诱惑上，偏离自己原来的目标。而到了大四，学生会一改往日轻松的生活，为以后工作或考研做准备，自我控制能力增强。以上原因可能导致，大四学生的自我调节水平较高，其次为大一、大二、大三。因此，医学专业大学生的自我调节水平在一年级与三年级、四年级与三年级、四年级与二年级年级间存在显著差异。三、非医学专业大学生的自我调节水平在不同年级间也有显著差异。一年级与三年级、一年级与四年级、二年级与三年级。二年级与四年级非医学专业的自我调节水平有显著差异。由前面讨论可知，非医学专业大学生在大三三年级就开始思考毕业后的出路，进而制定目标并付诸行动，大四依然保持前进的动力，不懈努力以使自己迈向心中目标，因此非医学专业大学生在三四年的自我调节水平会升高。因此非医学专业大学生的自我调节水平会在一年级与三年级、一年级与四年级、二年级与三年级、二年级与四年级年级间均出现显著差异。

5.4. 自我调节与学业自我效能感的相关分析

对医学院大学生自我调节和学业自我效能感进行相关分析，发现医学院大学生自我调节与学业自我效能感呈正相关。即学生的学业自我效能感越高，自我调节能力越强。在自我调节过程中，自我效能感会影响目标的设置过程。学生的自我效能感通过目标设置、自我监察、自我反应等自我调节过程来影响他们的学习动机。学生感觉到自己的能力越强，他们越会选择有挑战性的学习目标。学业自我效能感通过影响学生的目标等级，直接或间接地影响着学生的自我调节效果。学业自我效能感常常与学习活动中更大的认知投入，更高的努力程度和更好的坚持性等积极的结果相联系[20]。也就是说，高自我效能感的学生能更好的进行自我调节，从而更容易接近成功。

6. 结论

本研究的结论如下：(1) 大学生自我调节的特点表现为：① 在大一、大二、大三三个年级中，女生的自我调节水平显著高于男生。在大四四年级，男生的自我调节水平略高于女生，但差异并不显著。② 不同专业学生的自我调节水平在大三三年级有显著差异，非医学专业学生的自我调节水平显著高于医学专业学生的自我调节水平。③ 医学专业与非医学专业大学生的自我调节水平在不同年级间有显著差异。(2) 自我调节与学业自我效能感之间存在显著地正相关。

另外，本研究还存在以下不足：(1) 在调查取样上有一定的局限性，本研究只选取了一所医学院校的大学生，使得研究结果的推广性较差。在未来的研究中，可选取不同地域的多所医学院校的学生为样本。(2) 本研究采用的是横断研究的方法，仅仅考察了自我调节与自我效能感的相关。未能得出两者间的因果关系，未来的研究应采用追踪研究或实验研究等研究方法对两者间关系进行深入的探讨，进一步验证研究结论。

参考文献 (References)

- [1] 坎农, 岳年, 有仁. 躯体的智慧[M]. 北京: 商务印书馆, 2009.
- [2] Vohs, K.D. and Baumeister, R.F. (2004) Understanding Self-Regulation: An Introduction. *Handbook of Self-Regula-*

- tion: *Research, Theory, and Applications*, 1-9.
- [3] Kopp, C.B. (1982) Antecedents of Self-Regulation: A Developmental Perspective. *Developmental Psychology*, **18**, 199. <https://doi.org/10.1037/0012-1649.18.2.199>
- [4] Demetriou, A. (2000) Organization and Development of Self-Understanding and Self-Regulation: Toward a General Theory. Academic Press, New York, 209-251.
- [5] Zimmerman, B.J. (1989) A Social Cognitive View of Self-Regulated Academic Learning. *Journal of Educational Psychology*, **81**, 329. <https://doi.org/10.1037/0022-0663.81.3.329>
- [6] Karoly, P. (1993) Mechanisms of Self-Regulation: A Systems View. *Annual Review of Psychology*, **44**, 23-52. <https://doi.org/10.1146/annurev.ps.44.020193.000323>
- [7] Piaget, J. (1964) Part I: Cognitive Development in Children: Piaget Development and Learning. *Journal of Research in Science Teaching*, **2**, 176-186. <https://doi.org/10.1002/tea.3660020306>
- [8] Bronson, M. (2000) Self-Regulation in Early Childhood: Nature and Nurture. Guilford Press, New York.
- [9] 班杜拉. 思想和行动的社会基础: 社会认知论[M]. 上海: 华东师范大学出版社, 2001.
- [10] 董奇, 周勇. 关于学生学习自我监控的实验研究[J]. 北京师范大学学报: 社会科学版, 1995(1): 84-90.
- [11] 张锦坤, 佟欣, 杨丽娟. 中学生自我调节学习量表的编制[J]. 心理与行为研究, 2008, 6(3): 229-234.
- [12] 路海东, 张丽娜. 自我调节学习的研究进展与趋势[J]. 东北师大学报: 哲学社会科学版, 2011(6): 145-149.
- [13] 齐越, 方平, 张雅君, 王永萍. 目标定向和任务价值在自我调节学习中的作用[J]. 首都师范大学学报: 社会科学版, 2004(5): 109-112.
- [14] 孙远, 李雪, 张建伟. 自我调节学习若干问题探析[J]. 邢台职业技术学院学报, 2003, 20(4): 36-39.
- [15] 雷雳, 汪玲. 目标定向在自我调节学习中的作用[J]. 心理学报, 2001, 33(4): 349-353.
- [16] 万生. 青年心理学[M]. 北京: 中国科学技术出版社, 1999.
- [17] 王树秀, 井卫英. 汉、藏、维吾尔族大学生自我意识的跨文化研究[J]. 西北师大学报: 社会科学版, 2001, 38(1): 44-50.
- [18] 冯凤香. 关于非数学专业大学生数学学习自我监控能力的调查[J]. 高教论坛, 2007(6): 132-134.
- [19] Neal, D.J. and Carey, K.B. (2005) A Follow-Up Psychometric Analysis of the Self-Regulation Questionnaire. *Psychology of Addictive Behaviors*, **19**, 414-422. <https://doi.org/10.1037/0893-164X.19.4.414>
- [20] Bandura, A. (1993) Perceived Self-Efficacy in Cognitive Development and Functioning. *Educational Psychologist*, **28**, 117-148. https://doi.org/10.1207/s15326985sep2802_3

期刊投稿者将享受如下服务:

1. 投稿前咨询服务 (QQ、微信、邮箱皆可)
2. 为您匹配最合适的期刊
3. 24 小时以内解答您的所有疑问
4. 友好的在线投稿界面
5. 专业的同行评审
6. 知网检索
7. 全网络覆盖式推广您的研究

投稿请点击: <http://www.hanspub.org/Submission.aspx>

期刊邮箱: ass@hanspub.org