·调查研究·

护理本科生时间管理与自主学习现状调查

陈利平　吴利平　吴玉洁　王燕
重庆医科大学附属儿童医院护理部/儿童发育疾病研究教育部重点实验室/国家儿童健康与疾病临床医学研究中心/儿童发育重大疾病国家国际科技合作基地/儿科学重庆市重点实验室　400014
通信作者：吴利平，Email：wulp312@163.com

【摘要】 目的　调查护理本科生的时间管理与自主学习状态，探索二者之间的联系及影响因素。**方法**　2020 年 3 月，以一般资料调查表、青少年时间管理倾向量表、大学本科生自主性学习状态问卷为工具对重庆某医科大学护理学院护理本科生 873 人进行调查。用 SPSS 22.0 对数据进行整理分析。采用独立样本 t 检验、单因素方差分析、pearson 相关分析、多元逐步回归分析等方法进行进一步分析。**结果**　护生时间管理倾向总分为(153.58 ± 18.62)分，自主学习状态总分为(81.73 ± 14.11)分。年级、是否担任学生干部、是否自愿报考护理专业以及是否考研对时间管理倾向得分及自主学习状态得分有影响。时间管理倾向得分与自主学习状态得分呈显著正相关(P<0.01)。多元逐步回归分析结果显示时间价值感、时间监控观、时间效能感进入回归方程(R^2=0.353，调整后 R^2=0.351，F=153.073，P<0.01)。**结论**　该校本科护生时间管理倾向与自主性学习处于中等偏上水平，时间管理倾向各维度对自主学习状态有一定预测作用。加强护理本科生时间管理能力培养，可改善其自主学习状态。

【关键词】 时间管理；　自主学习；　护生
【中图分类号】 R-1
基金项目：重庆医科大学校级教育教学研究项目(JY170217)；重庆市护理学“十二五”重点学科资助项目(HLJY201806)
DOI: 10.3760/cma.j.cn116021-20200223-00529

超、周舟、熊茂琦、马俊荣、赵蓉：协助项目实施；蒲丹：项目总设计和策划、论文修改和定稿

参考文献

[1] Barrows HS. An overview of the uses of standardized patients for teaching and evaluating clinical skills. AAMC [J]. Academic Medicine, 1993, 68(6): 443-451. DOI: 10.1097/00001888-199306000-00002.
[2] Cleland JA, Keiko A, Rethans JJ. The use of simulated patients in medical education: AMEE Guide No 42 [J]. Medical Teacher, 2009, 31(6): 477-486. DOI: 10.1080/01421590903002821.
[3] 万学红. 北美医学院应用标准化病人教学与评估的现状调查[J]. 国外医学：医学教育分册，1994(4)：182-184. DOI: 10.13397/j.cnki.fef.1994.04.009.
[4] May W, Park JH, Lee JP. A ten-year review of the literature on the use of standardized patients in teaching and learning: 1996-2005 [J]. Medical Teacher, 2009, 31(6): 487-492. DOI: 10.1080/01421590802530898.
[5] Bokken L, Rethans JJ, van Heurn L. Students' views on the use of real patients and simulated patients in undergraduate medical education [J]. Acad Med, 2009, 84(7): 958-963. DOI: 10.1097/ACM.0b013e3181a814a3.
[6] Wallace P. Coaching standardized patients: for use in the assessment of clinical competence [M]. New York: Springer Publishing Company, 2007.
[7] Lewis KL, Bohnert CA, Gammon WL, et al. The association of standardized patient educators (ASPE) standards of best practice (SOBP) [J]. Advances in Simulation (London), 2017(2): 10. DOI: 10.1186/s41077-017-0043-4.
[8] 万学红，欧阳钦，刘文秀，等. 应用标准化病人改革诊断学问诊查体教学与评估初探[J]. 中华医学教育杂志，1993(12)：23-26.

（收稿日期：2020-01-08）
（本文编辑：唐宗顺）

Investigation on time management and self-regulated learning of nursing students

Chen Liping, Wu Liping, Wu Yujie, Wang Yan

Department of Nursing, Children's Hospital of Chongqing Medical University; Ministry of Education Key Laboratory of Child Development and Disorders; National Clinical Research Center for Child Health and Disorders; China International Science and Technology Cooperation Base of Child Development and Critical Disorders; Chongqing Key Laboratory of Pediatrics, Chongqing 400014, China

Corresponding author: Wu Liping, Email: wulp312@163.com

【**Abstract**】 **Objective** To investigate the status of time management and self-regulated learning of undergraduate nursing students, and to explore the correlation and influencing factors between them. **Methods** In March, 2020, 873 undergraduate nursing students from a nursing college of a medical university in Chongqing were investigated with General Information Questionnaire, Adolescent Time Management Disposition Questionnaire and Self-regulated Learning Status Questionnaire. SPSS 22.0 was used for data analysis. Independent sample *t*-test, one-way ANOVA, pearson correlation analysis and multiple stepwise regression analysis were used for further analysis. **Results** Total scores of time management disposition and self-regulated learning status were separately (153.58 ± 18.62) points and (81.73 ± 14.11) points. Scores of both items were influenced by different grades, whether or not they were student cadres, whether they voluntarily applied for nursing profession and whether they would like to take the postgraduate entrance examination. Correlation study showed that the score of time management disposition was significantly positively correlated with the score of self-regulated learning ($P < 0.01$). And multiple stepwise regression study showed that time value, time monitoring and time efficacy entered the regression equation ($R^2 = 0.353$, adjusted $R^2 = 0.351$, $F = 153.073$, $P < 0.01$). **Conclusion** The undergraduate nursing students' time management disposition and self-regulated learning are at a moderate to good level. Each dimension of the time management disposition somewhat forecasts the self-regulated learning learning situation of the students. The self-regulated learning status of the nursing students can be enhanced by fostering their time management abilities.

【**Key words**】 Time management; Self-regulated learning; Nursing students

Fund program: Teaching Research Project of Chongqing Medical University (JY170217); Key Disciplines Funded Project of Chongqing Nursing "12th Five-Year Plan" (HLJY201806)

DOI: 10.3760/cma.j.cn116021-20200223-00529

时间管理是指为提高时间的利用率及有效性，事先规划时间、合理安排的过程[1]。时间管理能力已被证实与主观幸福感[2]和自我效能感相关[3]。自主学习是指学生主动学习知识、合理安排学习活动、评价学习活动、调节学习行为的过程，尤其强调主动性[4]。自主学习能力与自我效能感呈正相关[5]。2020 年年初，教育部提出“停课不停学”，提倡学生居家自主学习[6]。学习环境和方式改变带来的不适，护生如何应对?护理本科生作为未来临床护理的中坚力量，更应该以积极主动的态度对待学习，有效管理时间，强化自主学习，以满足行业发展对个人素养的需要。本研究旨在调查护理本科生的时间管理和自主学习状态，明确两者之间的关系，为日后有针对性地培养自学能力提供参考。

1 对象与方法

1.1 研究对象

2020 年 3 月，运用便利抽样的方法，抽取重庆医科大学护理学院四个年级护理本科生为对象。纳入标准：①全日制本科；②知情同意。排除标准：休学者。其中，纳入 2016 级 238 名、2017 级 204 名、2018 级 183 名、2019 级 248 名，共计 873 名。

1.2 调查工具

1.2.1 一般资料调查表

一般资料调查表由研究者自行编制，包括性别、年级、生源地、是否为独生子女、是否为班干部等。

1.2.2 青少年时间管理倾向量表

青少年时间管理倾向量表（adolescence time management disposition，ATMD）由黄希庭、张志杰[7]编制，包括时间价值感（10 个条目）、时间监控观（24 个条目）、时间效能感（10 个条目）3 个理论维度，共 44 个条目。采用 Likert 5 点计分法，从“完全不符合”到“完全符合”分别计为 1~5 分，其中第 9、17、27、30、41 题为反向计分题，总分为 44~220 分。得分越高者即可认为越善于进行时间管理。该量表各维度 Cronbach’s α 系数为 0.61~0.81。本研究中该量表的

Cronbach's α 系数为 0.925。

1.2.3 大学本科生自主性学习状态问卷

大学本科生自主性学习状态问卷由崔莹[8]编制，包括学习规划(7 个条目)、学习策略(8 个条目)、学习者行为表现(8 个条目)3 个维度，共 23 个条目。采用 Likert 5 点计分法，从“完全不符合”到“很符合”分别计为 1~5 分，总分为 23~115 分。通常以理论中值 69 分为标尺，得分越高即认为自主性学习越好。该量表 Cronbach's α 系数为 0.885，各个维度 Cronbach's α 系数为 0.756~0.790。本研究中该量表 Cronbach's α 系数为 0.960。

1.3 资料收集

将问卷导入问卷星并生成链接，在各辅导员协助下将链接发与重庆医科大学本科护生，说明填表要求，研究对象理解并知情同意后独立填表。本次调查共收到 873 份问卷(回收率为 100%)，剔除答案具有规律性、答题时间过短以及前后逻辑矛盾的问卷，共收到有效问卷 846 份(有效率为 96.91%)。

1.4 统计学方法

将数据录入 SPSS 20.0 进行整理分析，对反向计分题得分进行转换核对。计量资料用(均数 ± 标准差)表示，计数资料用频数和百分比表示。采用独立样本 t 检验、单因素方差分析、pearson 相关分析、多元逐步回归分析等方法进行进一步分析。检验水准 α=0.05。

2 结果

2.1 基本情况

846 名护理本科生中，男生 70 名(8.3%)、女生 776 名(91.7%)；2016 级 231 名(27.3%)、2017 级 193 名(22.8%)、2018 级 168 名(19.9%)、2019 级 254 名(30%)；生源地为农村 394 名(46.6%)、城镇 452 名(53.4%)；独生子女 257 名(30.4%)、非独生子女 589 名(69.6%)。

2.2 护理本科生时间管理倾向得分

护理本科生时间管理倾向得分见表 1。

表 1 时间管理倾向得分情况[n=846, ($\bar{x} \pm s$), 分]

项目	得分	条目均分
时间管理倾向	153.58 ± 18.62	3.49 ± 0.42
时间价值感	34.33 ± 5.47	3.43 ± 0.55
时间监控观	84.24 ± 10.11	3.51 ± 0.42
时间效能感	35.01 ± 4.97	3.50 ± 0.49

2.3 护理本科生自主性学习状态得分

护理本科生自主性学习状态得分见表 2。

表 2 自主性学习状态得分情况[n=846, ($\bar{x} \pm s$), 分]

项目	得分	条目均分
总分	81.73 ± 14.11	3.55 ± 0.61
学习规划	25.38 ± 4.80	3.63 ± 0.68
学习策略	27.42 ± 5.25	3.43 ± 0.65
学习者行为表现	28.93 ± 5.28	3.62 ± 0.66

2.4 不同特征的护生时间管理倾向和自主性学习状态得分差异

多重比较结果显示，大一、大二年级学生的时间管理倾向得分低于大四年级(P<0.01)，大三年级与其他年级的差异无统计学意义；大一、大四年级自主性学习状态得分高于大二年级(P<0.05)，其余组别差异无统计学意义。有考研意向且在备考者时间管理倾向得分高于有考研意向但未开始准备者和无考研意向者(P<0.01)，三组之间自主性学习状态得分均存在差异(P<0.01)。作息时间和每日学习时间不同的护生之间，时间管理倾向和自主性学习状态得分存在差异(P<0.05)。22:00—24:00 这个时段入睡的护生，得分高于其余两组(P<0.05)；起床时间为 8:00 前的护生得分高于其余两组(P<0.05)(表 3)。

2.5 时间管理倾向与自主性学习状态的相关性分析

护理本科生时间管理倾向得分及各维度得分与自主性学习状态得分及各维度得分呈正相关(表 4)。

2.6 时间管理倾向对自主性学习状态的影响

以自主性学习状态为因变量，时间管理倾向各个维度为自变量，进行多元逐步回归分析。结果显示，时间监控观、时间效能感和时间价值感均进入回归方程(P 值均<0.01)。多元相关系数 R 累积为 0.594，三个变量可解释 35.1%的总体差异(R^2=0.353，调整后 R^2=0.351，F=153.073，P<0.01)。这说明时间管理倾向各维度均对护理本科生自主学习状态具有一定预测作用。可认为护生的时间监控观、时间效能感、时间价值感越强，其自主性学习状态越良好(表 5)。

3 讨论

3.1 护理本科生时间管理与自主性学习状态良好

本研究中护理本科生时间管理倾向总分为(153.58 ± 18.62)，条目均分为(3.49 ± 0.42)，处于中等偏上水平。国外研究结果[9]也显示，本科护生的时间管理能力处于中等水平；其中，护生时间价值感得分最低，时间监控观得分最高。这与张艳芳[10]、刘小芳[11]等研究结果不同。可认为该校护生的时间监控

表 3　人口统计学特征以及不同特征护生时间管理倾向和自主学习状态得分（n=846）[n（%）][（$\bar{x} \pm s$），分]

项目	例数及占比	时间管理倾向得分	F值/t 值	P 值	自主学习状态得分	F值/t 值	P 值
性别			−1.014[a]	0.311		−1.361[a]	0.174
男	70（8.3）	151.41 ± 21.22			79.53 ± 14.58		
女	776（91.7）	153.77 ± 18.38			81.92 ± 14.06		
年级			5.046[b]	0.002		3.052[b]	0.015
2016 级	231（27.3）	157.07 ± 19.55			83.28 ± 14.97		
2017 级	193（22.8）	154.27 ± 15.93			80.58 ± 13.49		
2018 级	168（19.90）	150.58 ± 17.54			79.31 ± 14.42		
2019 级	254（30）	151.85 ± 19.87			82.78 ± 13.35		
独生子女			1.191[a]	0.234		1.870[a]	0.062
是	257（30.4）	154.73 ± 18.81			83.10 ± 13.64		
否	589（69.6）	153.07 ± 18.54			81.13 ± 14.28		
生源地			0.400[a]	0.689		1.079[a]	0.281
城镇	452（53.4）	153.82 ± 19.07			82.21 ± 13.82		
农村	394（46.6）	153.30 ± 18.12			81.17 ± 14.45		
学生干部			2.235[a]	0.026		2.959[a]	0.003
是	326（38.5）	155.38 ± 18.20			83.53 ± 13.93		
否	520（61.5）	152.45 ± 18.88			80.59 ± 14.13		
自愿报考			2.394[a]	0.017		2.081[a]	0.038
是	534（63.1）	154.75 ± 18.53			82.50 ± 13.62		
否	312（36.9）	151.58 ± 18.64			80.41 ± 14.85		
考研意向			22.859[b]	<0.001		24.050[b]	<0.001
有，在准备	120（14.24）	162.77 ± 15.60			87.99 ± 12.67		
有，未准备	431（50.9）	152.36 ± 18.01			82.53 ± 13.18		
无	295（34.9）	151.61 ± 19.59			78.00 ± 14.91		

注：a，独立样本 t 检验；b，单因素方差分析

表 4　Pearson 相关分析（r 值，n=846）

变量	时间管理倾向	时间价值感	时间监控观	时间效能感
自主学习状态	0.592	0.477	0.477	0.531
学习规划	0.519	0.449	0.449	0.443
学习策略	0.580	0.471	0.471	0.526
学习者行为表现	0.532	0.398	0.398	0.494

注：P 均 < 0.01

表 5　时间管理倾向各维度对自主性学习状态的回归分析（n=846）

变量	B	SE	β 值	t 值	P 值
常量	12.320	3.308	–	3.724	<0.001
时间监控观	0.442	0.072	0.317	6.132	<0.001
时间效能感	0.626	0.123	0.220	5.083	<0.001
时间价值感	0.299	0.105	0.116	2.834	0.005

注：R^2=0.353，调整后 R^2=0.351，F=153.073；P < 0.01

能力相对较强，但对于时间价值感的认识有待进一步提高。自主性学习状态总分为(81.73 ± 14.11)，高于理论中值 69 分，表明该校护生总体自主学习情况良好。其中，学习策略维度得分最低，提示教师应对护生学习策略方面进行有效指导。

3.2　护理本科生时间管理与自主学习影响因素分析

总体而言，时间管理倾向和自主性学习状态得分随年级升高而增高，但大一年级得分高于大二年

级。这可能与大一学生刚从高中过渡到大学,学习热情高涨,目标明确有关。大二年级时间管理倾向和自主性学习得分在四个年级中为最低。这可能是由于大二年级学生接触众多理论课;且逐步适应大学学习、压力感下降,出现暂时的学习倦怠[12];且无实习、毕业压力,导致其学习动机减弱所致。大四年级护生时间管理倾向得分高于大一、大二年级,这可能与大四学生面临护考备考、规范化培训考试、找工作等压力,从而使其学习动机增强有关。学生干部时间管理倾向和自主性学习状态得分均高于非学生干部者,可能因为学生干部责任心和榜样意识更强,对自身有更高的要求。自愿报考护理专业者时间管理倾向和自主性学习状态得分均较高。可能因为自愿报考护理专业学生专业认同感较强,这种情感会内化成为学习的动力,促使其更高效地利用时间自主学习;而非自愿报考者往往会对护理专业缺乏热情,投入的时间和精力不足。教学中,正向地向护生宣传护理专业的特色和价值,有助于提升其专业认同感,减少拖延行为[13]。有考研意向且处于备考中的护生,时间管理倾向和自主性学习状态得分均高于有考研意向但未开始备考者和无考研意向者。这说明有深造的意愿、未来学业规划明确的护生,自主学习和时间管理的能力更强。此外,国外研究表明[14],团队凝聚力可促进自主学习,高校教师可从此方面采取相应措施。

3.3　时间管理倾向与自主学习的关系

本研究中,时间管理倾向与自主性学习之间呈现显著的正相关关系。逐步回归分析结果显示,时间管理倾向各个维度均对护生自主性学习状态具有一定预测作用。

4　结语

高校可定期开展时间管理培训,开设富有针对性的时间管理选修课,以提高护理本科生时间管理能力,尤其提高其对时间价值感的认识。加强学习策略的指导,采取“一对一”帮扶、两两相互监督、增强团队凝聚力等措施,全面提高自主学习能力,改善自主学习状态,尤其有助于改善特殊条件下的自主学习状态。此外,针对大二学生容易松懈的问题,可对课程适当调整和改革,转变教师角色,创新教学方式,增加课程挑战性和趣味性,激发学习动力。

利益冲突　所有作者均声明不存在利益冲突

作者贡献声明　陈利平:进行数据收集、论文撰写;吴利平:总体把关、审校论文;吴玉洁、王燕:协助进行数据收集

参考文献

[1] 黄丽敏, 陈沁, 严诗玉. 广州市女护士时间管理、工作应激与职业倦怠的相关性研究[J]. 护理学杂志, 2018, 33(18): 61-64. DOI: 10.3870/j.issn.1001-4152.2018.18.061.

[2] 史滋福, 郑凯文, 李波, 等. 大学生主观幸福感与时间管理倾向在微博成瘾与成就动机关系中的中介作用[J]. 中国心理卫生杂志, 2018, 32(8): 705-709. DOI: 10.3969/j.issn.1000-6729.2018.08.015.

[3] 吴伟, 姚海波, 张容, 等. 医学生自我效能感、自尊与焦虑的关系:时间管理倾向的中介效应[J]. 中国卫生统计, 2014, 31(5): 749-751.

[4] 张正华. 提升学生自主学习能力的三个策略[J]. 语文建设, 2019(17): 44-45.

[5] 赵芳芳, 顾艳荭, 何炜, 等. 护理本科生自主学习能力与一般自我效能感的相关研究[J]. 护士进修杂志, 2010, 25(6): 519-522. DOI: 10.3969/j.issn.1002-6975.2010.06.013.

[6] 谢幼如, 邱艺, 黄瑜玲, 等. 疫情防控期间“停课不停学”在线教学方式的特征、问题与创新[J]. 电化教育研究, 2020, 41(3): 20-28. DOI: 10.13811/j.cnki.eer.2020.03.003.

[7] 黄希庭, 张志杰. 青少年时间管理倾向量表的编制[J]. 心理学报, 2001, 33(4): 338-343.

[8] 崔莹. 吉林大学本科生自主性学习的抽样调查研究[D]. 吉林大学, 2018.

[9] Öksüz E, Guvenc G, Mumcu S. Relationship between problematic internet use and time management among nursing students [J]. Comput Inform Nurs, 2018, 36(1): 55-61. DOI: 10.1097/CIN.0000000000000391.

[10] 张艳芳, 谢虹, 王丽华, 等. 本科护生时间管理与积极心理品质的关系研究[J]. 职业与健康, 2019, 35(4): 506-511.

[11] 刘小芳, 孟翔菲, 刘广溶, 等. 5 年制护理本科生时间管理倾向与焦虑的相关性研究[J]. 护理研究, 2017, 31(9): 1038-1042. DOI: 10.3969/j.issn.1009-6493.2017.09.006.

[12] 孙小傅, 况小雪. 学习倦怠研究综述[J]. 中国多媒体与网络教学学报, 2020(7): 59-60.

[13] 张宇, 肖惠明, 林细吟, 等. 护理本科学生专业认同和拖延行为的相关性分析[J]. 中华护理教育, 2017, 14(12): 944-947. DOI: 10.3761/j.issn.1672-9234.2017.12.016.

[14] Kim S, Yang EB. Does group cohesion foster self-directed learning for medical students? a longitudinal study [J]. BMC Med Educ, 2020, 20(1): 55. DOI: 10.1186/s12909-020-1962-7.

(收稿日期:2020-02-23)

(本文编辑:唐宗顺)