

健康中国战略下医药类大学生学业拖延实证研究

洪泽枫 袁紫薇 林秀燕

广东药科大学

DOI:10.32629/er.v9i8.7296

[摘要] “健康中国”战略全面实施，对医药类大学生的综合素质提出了更高要求。而学业拖延作为影响大学生学业表现与未来规划的关键因素，其成因与干预研究尤为重要。本研究基于心理学的微观视角，以“未来时间洞察力”为核心解释变量，通过对本校医药类本科生的问卷调查与回归分析，实证检验了二者的关联性。结果发现，医药类大学生的未来时间洞察力对学业拖延具有显著的负向预测作用，即学生越具有未来视角，对自己当前学习与长远发展越清晰，其学业拖延行为就会越少。本研究基于实证结论，为医学院校系统培养学生的未来取向，帮助学生将“健康中国”的宏观愿景内化为个人发展的使命，为服务国家战略需求提供经验参考与实践启示。

[关键词] 健康中国；医药类大学生；学业拖延；未来时间洞察力

中图分类号：G444 文献标识码：A

An Empirical Study on Academic Procrastination Among Medical and Pharmaceutical College Students Under the Healthy China Strategy

Zefeng Hong, Ziwei Yuan, Xiuyan Lin

Guangdong Pharmaceutical University

Abstract: The full implementation of the Healthy China Strategy raises higher requirements for the comprehensive quality of medical and pharmaceutical college students. As a critical factor influencing undergraduates' academic performance and future career planning, academic procrastination deserves in-depth research on its causes and intervention approaches. From a micro psychological perspective, this study adopts future time perspective as the core explanatory variable. Based on questionnaire surveys and regression analysis of medical and pharmaceutical undergraduates in the university, it empirically explores their correlation. The results show that future time perspective exerts a significant negative predictive effect on academic procrastination. To be specific, students with stronger future orientation and clearer cognition of present learning and long-term development exhibit fewer academic procrastination behaviors. According to the empirical results, this study provides practical enlightenment for medical and pharmaceutical universities to systematically cultivate students' future orientation, guide students to internalize the macro vision of the Healthy China Strategy into their personal development mission, and offers empirical references to meet the needs of national strategies.

Keywords: healthy China; medical and pharmaceutical college students; academic procrastination; future time perspective

引言

医药类大学生作为健康中国战略全面实施推进的中坚力量，其专业素养、职业担当与能力水平直接关系到疾病预防、健康促进、医药创新等健康服务全链条的质量。国家以大国计、大民生、大学科、大专业为定位，明确要求培养“医德高尚、医术精湛的人民健康守护者”^[1]。并构建多维度、分类别的医药人才培养体系，强调需强化医药类人才的跨学科融合能力、实践创新能力与行业适配能力，以响应健康中国建设对“全方位全周期健康服务”的需求^[2]。这一聚焦全

民、全方位、全生命周期的远大健康愿景，既凝练了医药类大学生的共同价值追求，也为其清晰地勾勒出了人才发展的实践方向。

然而医药类课程体系繁杂厚重，知识密度高，要求学生具备扎实的理论功底、严谨的逻辑思维以及持续的学习投入，而学业拖延的存在，往往会导致学生难以构建完整的知识体系、锤炼实践技能以及养成职业素养。因此，本研究深入剖析医药类大学生学业拖延的成因与干预路径，既是破解该群体学业发展的心理困境，提升人才培养质量的现实需要，也

是保障健康战略全面实施推进的重要支撑。

学业拖延（Academic Procrastination），是拖延行为在学习情境下的延伸，指的学生在学习情境下所产生的一种消极的行为现象。学业拖延现象在当今大学生群体中普遍存在，有研究表明，有90%以上的大学生出现过不同程度的学业拖延行为^[3]。该现象在医药类大学生中也相当普遍^[4]。学业拖延行为对于医药类大学生的影响不仅体现在课堂表现与学业成绩上，更会因为专业本身的特殊性与高密度，导致对其心理健康的负面影响，从而影响未来的职业胜任力。

人类拥有着回忆过去和思考未来的能力，这种对于未来目标的当前期望，被称为未来时间洞察力^[5]。未来时间洞察力是个体对于未来时间的认知、体验和行为倾向的一种稳定的人格特质^[6]。

未来时间洞察力被视作是影响医药类大学生学业拖延的关键心理因素。有研究指出，高未来时间洞察力能够激发深层学习动力，尤其对于医药类大学生而言，当学生能够将枯燥的医药学知识，复杂的实验操作与“未来成为卓越医药卫生人才、研发新药守护健康”的清晰职业图景联结起来时，能够帮助其减少学业拖延，提升学习主动性^[7]。同时，未来时间洞察力能够通过提升自我调节能力，对于有长远目标和规划的学生来说，相较于其他人而言，更可能主动进行时间管理，遏制拖延行为，提升学习效率。一项针对全国多所高校医学生的大样本调查发现，未来时间洞察力与学习拖延呈显著负相关^[8]。

尽管未来时间洞察力与学业拖延的关系研究已在大学生群体中得到了普遍的验证，但现有研究多集中于医学类专业，而针对药学类大学生群体的相关研究相对匮乏。在“健康中国”战略描绘的“全方位、全周期健康服务”蓝图中，药学类人才也起着不同且不可或缺的作用，这种差异化的职业图景与能力要求，映射着该群体的未来学习行为模式与时间认知的不同。因此，本研究旨在将研究视角聚焦于药学类大学生群体，实证检验该群体未来时间洞察力对学业拖延的预测作用，以期在理论上丰富现有的相关研究，在实践上为培养符合国家战略需求的药学创新人才提供有针对性的心理学依据与教育干预路径。

1 研究对象与方法

1.1 研究对象

本文主要以广东药科大学在校学生为调查对象，共发放问卷249份，回收有效问卷230份，问卷有效回收率为92.37%。

1.2 研究工具

1.3 未来时间洞察力量表

未来时间洞察力量表（GFTP）采用由宋其争^[9]编制的大

学生未来时间洞察力量表。该量表反映了个体对未来时间认知、体验和行动倾向的成分。分数越高表示未来时间洞察力越强。在本次研究中，该量表信度良好，达到0.897

1.4 学业拖延量表

本研究主要使用关雪菁^[10]翻译修订的量表，该量表包含两个分量表，本研究主要是对大学生的学业拖延状况进行研究，因此，选用分量表一。量表结果表明，量表总分越高表明个体学业拖延程度越高。在本次研究中，该量表 α 系数为0.97。

2 统计学方法

采用SPSS 27.0统计学软件对本研究的数据进行分析和处理，采用Pearson相关性分析探讨各变量间的相关性。以未来时间洞察力为自变量，学业拖延为因变量，进行线性回归分析，以 $P \leq 0.05$ 为差异作为统计学效应。

3 结果

3.1 共同方法偏差检验

采用Harman单因子分析法进行检验，结果可知，有6个因子的特征值大于1，且第一个因子解释的变异量为34.96%，小于40%的临界值，故本次研究中不存在明显的共同方法偏差。

3.2 相关分析结果

对本次研究中的未来时间洞察力与学业拖延两个核心变量进行相关关系分析，得出结果如表1所示。

表1 各变量的均值、标准差与相关系数（ $n=1620$ ）

变量	未来时间洞察力	学业拖延
未来时间洞察力	1	
学业拖延	-0.258**	1

注：* $p < 0.05$ ，** $p < 0.01$ ，*** $p < 0.001$ ，以下同

3.3 回归分析结果

由上述结果可知，本次研究中，医药类大学生未来时间洞察力与学业拖延之间存在着显著的负性相关关系，即当医药类大学生的未来时间洞察力水平越高时，其学业拖延程度越低。

表2 大学生未来时间洞察力与学业拖延回归分析结果

自变量	因变量	R^2	F值	T值	β 值	D-W检验
未来时间洞察力	学业拖延	0.067	16.209***	-4.026***	-0.258***	2.073

在本次研究中，将医药类大学生未来时间洞察力得分作为自变量，将大学生学业拖延作为因变量，进行线性回归分析，结果证明，大学生未来时间洞察力可以显著负向预测大学生学业拖延。这一发现支持了本研究的基本假设，即那些

对自己的未来职业规划与路径更清晰、更能将当前学习与长远目标价值相联结的学生，其存在拖延行为的倾向更低。

4 讨论

4.1 未来时间洞察力与学业拖延的关系

本研究证实了原先的研究假设，即医药类大学生的未来时间洞察力能够显著负向预测其学业拖延水平。这一研究结果与前人研究结果保持一致。孙爱华等人于2021年开展了一项针对全国多所医学院校接近4000名大学生的大样本调查中发现，医学生的学习拖延与未来时间洞察力之间存在显著的负相关关系。本研究通过回归分析进一步验证了这种预测关系，结果表明对未来有更清晰认知和规划的学生，其拖延学业任务的可能性更低。

4.2 健康中国战略下培养医药类大学生未来时间洞察力的现实意义

本研究以药学类大学生为主要研究对象，实证检验了未来时间洞察力对学业拖延的显著负向预测作用。这一发现虽聚焦于药学类大学生群体，但其意义辐射至整个医药卫生人才培养体系，为在“健康中国”战略背景下理解与干预医药类大学生的学业拖延现象，提供了兼具针对性与普适性的重要启示。

首先，本研究通过聚焦药学类大群体学生这一典型样本，为揭示医药类专业学生学业拖延的心理机制提供了可靠的参考价值。药学专业具有鲜明的学科特征。这使得药学学生的学业拖延行为可能产生更严重的“连锁反应”，例如导致核心实验技能缺失或对药事法规的理解断层。因此，在本研究中，未来时间洞察力所表现出的保护作用，恰恰说明了通过强化学生对未来职业角色的清晰认知和价值认同，能够有效减缓因专业学习的高密度特征所引发的拖延倾向。它提示教育者，针对医药类学生的拖延干预，必须紧密结合其专业的未来职业图景来进行，而非泛泛而谈时间管理技巧。

其次，在“健康中国”战略下，将药学类人群培养纳入医药卫生人才心理素养研究的中心视野，是对过往研究的良好补充。“健康中国”战略强调“全方位、全周期”的健康服务，而其中药学人才在药物创新、合理用药、药品可及性等方面发挥着不可替代的支柱作用。关注药学类学生的学业拖延与未来取向，本身就是对战略人才需求的一种积极响应。本研究的发现表明，培养药学类学生的未来时间洞察力，不仅是提升其学业成绩的途径，更是筑牢其未来胜任“创制新药、用好药品”这一战略使命的心理基石。本研究从“未来时间洞察力”这一具体心理建构入手，为“健康中国”战略如何内化为医药类大学生的个体学习动力提供了可操作的路径。战略的实现终将落脚于每一位未来从业者的日常行动。本研究证明，帮助学生建立清晰的未来职业自我、理解当下

学习与长远目标的价值联结，能够转化为克服拖延、主动学习的微观行为。

4.3 健康中国战略下培养医药类大学生未来时间洞察力的实践路径

基于本研究的实证分析，为服务于“健康中国”战略对高质量医药人才的迫切需求，高校教育应从被动应对学业问题转向主动建构心理资源，探索系统性、嵌入式的培养路径。具体而言：

4.3.1 课程教学方面

在课程教学方面，深度融合战略宏观叙事与专业教育，建构“未来一当下”的价值联结。在专业课程设计中，应超越知识点的孤立传授，有意识地将“健康中国”的战略目标转化为具体的教学情境。通过“基于问题的学习”（PBL）形式，帮助学生清晰地看到当下所学知识在解决未来真实世界健康挑战中的具体价值，从而强化其学习行为与长远社会效益之间的认知联结，有效提升未来时间洞察力中的“未来效用”感知。

4.3.2 生涯教育方面

在生涯教育方面，实施“全景式”职业导航，具象化未来职业自我。学业拖延有一部分原因源于对未来目标的模糊和疏离。针对医药类专业路径多元的特点，高校应构建贯穿全程的“全景式”生涯教育体系。除了传统的讲座，更应组织早期企业见习、杰出校友生涯访谈等项目，例如安排药学学生从药物研发实验室、GMP生产车间到医院药房、社区药店的“全产业链”体验，使其亲身感知不同环节的职业角色与核心能力要求。这种沉浸式体验能将抽象的“未来”变为具体、可触及的“职业自我镜像”，极大地增强未来目标的清晰度与吸引力。当学生能够生动地想象自己未来作为研发人员攻克技术难关，或作为临床药师保障用药安全的具体场景时，便会更有动力克服当下的学业拖延，为实现那个清晰的“未来自我”而投资。

4.4 不足与反思

本研究尽管在实证分析上得到了检验，得出了一些有意义的结论，但仍存在一定的局限性，需要在未来研究加以改进和完善。

首先，在研究对象的取样范围上存在一定的局限性。在本次研究中，调查数据主要来源于同一所高校的药学类大学生。这种便利抽样方式虽然在操作上较为可行，但使得样本的代表性受到一定影响。我国医药院校层次多元、地域分布广泛，不同院校的培养模式、学术氛围与学生特质可能存在差异；同时，“医药类大学生”本身也包含药学、临床医学、预防医学、护理学等众多专业方向，其学业压力与职业愿景各有侧重。因此，本研究结论在推广至更广泛的医药类大学

生群体时需保持谨慎。未来的研究可以采取多中心、分层随机抽样的方法，收集来自不同地区、不同类型院校、多个相关专业的数据，以检验本研究结论的生态效度与普适性，从而获得更具一般性的规律。

其次，在研究设计的深度与机制揭示上存在不足。本研究采用横断研究设计，虽然验证了未来时间洞察力与学业拖延之间的相关与预测关系，但难以严格推断两者之间的因果关系。更为重要的是，本研究主要聚焦于两个核心变量的直接关系，未能深入探索其内部的作用机制与边界条件。根据相关理论，未来时间洞察力很可能通过提升学生的学业自我效能感或专业认同来间接减少拖延。因此，未来的研究可以考虑采用纵向追踪设计或实验干预法，以更严谨地检验因果方向；同时，引入中介与调节变量，构建并检验更复杂的整合模型，从而更全面、更深刻地揭示其内在机制，为设计精准化的干预方案提供精细化指导。

5 结语

综上所述，本研究立足于“健康中国”国家战略对医药卫生人才的新要求，通过实证调查揭示了未来时间洞察力对于缓解医药类大学生学业拖延的关键作用。这一发现不仅从心理学视角为理解该群体的学习行为提供了新的解释路径，更将微观的学业问题与宏观的战略人才素养培育紧密联结。为后续研究提供了思考与启示。

[参考文献]

- [1]国务院办公厅关于加快医学教育创新发展的指导意见[J].中华人民共和国教育部公报,2020(10):10-14.
- [2]教育部办公厅关于印发《服务健康事业和健康产业人才培养引导性专业指南》的通知[J].中华人民共和国教育部公报,2024(1):42-44.
- [3]单泓博,张璐瑶,卫敏,等.大学生自我控制在拖延与焦

虑关系间的中介效应[J].中国心理卫生杂志,2016,30(8):624-628.

[4]刘苏宁,刘穿石.医学生学业拖延现状及干预对策研究[J].心理月刊,2024,19(12):97-100.

[5]ZIMBARDO P G, BOYD J N. Putting Time in Perspective: A Valid, Reliable Individual-Differences Metric[J]. Journal of Personality and Social Psychology, 1999, 77(6): 1271-1288.

[6]黄希庭.论时间洞察力[J].心理科学,2004(1):5-7.

[7]张丽,赵煜炜,赵芳芹.医学院本科新生碎片化学习能力与未来时间洞察力、生涯适应力的关系研究[J].卫生职业教育,2024,42(9):123-126.

[8]孙爱华,李信欣.新型冠状病毒肺炎疫情防控期间医学生学习拖延现状及其影响因素调查[J].中华医学教育杂志,2021,41(11):986-989.

[9]宋其争.大学生未来时间洞察力的理论和实证研究[D].西南师范大学,2004.

[10]关雪菁.折扣机制与任务性质对学业拖延行为的影响研究[D].东北师范大学,2006.

作者简介：

洪泽枫（1996.09-），男，汉族，广东汕头人，助教，研究方向：思想政治教育。

袁紫薇（1999.04-），女，汉族，湖南邵阳人，助教，研究方向：思想政治教育。

林秀燕（1998.02-），女，汉族，广东汕头人，助教，研究方向：思想政治教育。

基金项目：

2026年度广东药科大学学生工作专项课题“新时代医药大学生团体心理辅导模式研究”，项目编号：26XSGZ0020。