

大一生50% 焦慮、欠考試策略

學校要聞

【記者施雅慧淡水校園報導】由學習與教學中心學生學習發展組所做的98學年度大一新生「大學生學習與讀書策略」檢測報告日前出爐，共5392位大一生受測，施測率達97.82%。學發組組長徐加玲表示，希望能協助導師了解學生的學習狀況，幫助學生保持良好的讀書策略，改善不佳的學習方法。

該項測量共有11個分量表，分別是態度、動機、時間管理、焦慮、專心、訊息處理、選擇要點、學習輔助術、自我測驗、考試策略和解決學習困難策略；百分等級得分在PR75以上表示學習策略良好，低於PR50者表示學習策略不好。研究發現，本校有超過50%的大一生在焦慮、專心、學習輔助術和考試策略等4個學習策略上，屬於學習不佳的狀況；另外，全校各院在焦慮及考試策略兩種學習策略不佳的大一生，皆占50%以上。

對於焦慮問題，諮商輔導組組長胡延薇表示，大一生適逢高中升大學的學習過度期，獨立學習能力較薄弱，新的社交活動、人際溝通、離鄉背景、面臨國際性的競爭壓力、對未來生涯方向不明確等，都是迷惘與焦慮提升的原因，除了提高學習動機、改變學習技巧、善用學習輔助工具外，找到核心問題更重要，學生必須思索大學生的學習角色與定位，對此，諮輔組有生涯定向輔導心理師供詢問，幫助同學找出自我定位，歡迎學生多加利用。

考試策略方面，徐加玲建議，可藉由大學學習課程中「就是要你成為歐趴將」，學習應考技巧及準備考試的訣竅；若無法掌握學習方向或妥善利用課餘時間，學發組有專人協助、輔導擬定學習計畫；另可參加學發組或系內舉辦的基礎課程加強班，釐清課程概念、學習考試技巧，逐步戰勝考試心魔。

此外，理學院、工學院及管理學院在11分量中，PR值低於50且人數占50%以上的各有5個分量，教育學院有4個分量，文學院、外語學院及創發院有3個，而商學院及全發院2個。理學院院長王伯昌表示，理學院的學生相較於其他院所，必須負擔較為艱深的課程，因此在考試策略或是焦慮程度也會相對偏高，對此結果，理學院將請導師加強學生課業和心理焦慮等輔導，並計劃增加助教小班輔導，幫助學生解決學習上的難題。

各院學習與讀書策略不佳者 (PR<50)

占該院大一生人數一半以上一覽表

性別/學制 別/學院別	態 度	動 機	時 間 管 理	焦 慮	專 心	訊 息 處 理	選 擇 要 點	學 習 輔 助 術	自 我 測 驗	考 試 策 略	解 決 學 習 困 難 策 略
男生	V			V	V		V	V		V	
女生				V						V	
日間部				V				V		V	
進學班	V	V		V	V	V	V	V		V	
文學院				V	V					V	
理學院				V	V		V	V		V	
工學院				V	V		V	V		V	
商學院				V						V	
管理學院				V	V	V		V		V	
外語學院				V				V		V	
教育學院				V	V		V			V	
創發院				V			V			V	
全發院				V						V	
校平均				V	V			V		V	

註：V表該學院有一半以上的大一生，其該項學習與讀書策略為不佳 (PR<50)。(資料來源/學發組)