

选题（20%）	说理（60%）	文笔（20%）	总分

作者：赵叶

学号：1800015427

学校院系：经济学院

提交日期：2020 年 12 月 19 日

## 为什么我们天天熬夜，却还总是复习不完？

理想的期末复习计划该是什么样？我们会将自己设想为一台理性的学习机器，把期末前的每一天视作一个格子，将复习的任务平均分配到每一个格子；每天付出同样多的努力来按时完成任务，最后胸有成竹地面对考试。

我们根据实际经验假定，努力的成本是要耗费时间并会人带来“痛感”，而收益是在未来由好成绩带来的主观效用。想要减轻痛感就要在一天内尽可能少努力，并且痛感曲线上凹，也就是努力越多，痛感增长越快。使痛感最小化、效用最大化的最优决策是将努力平滑分配到最后期限到来前的时间段：每天平均做一点，直到最后期限时完成。（附加的假设是，一天内完成大量努力+几天不努力的痛感远远大于将努力平均分散到几天内完成的痛感。）

但在现实中，大学生们在为期末考试做准备时的表现，却往往有违上述假设：大学生在计划的前期总是很少复习，而把大量的努力集中到考试前很短的时间内。短期集中的努力不仅会带来很大的痛苦，结果也往往不尽人意。这就是由拖延导致的突击复习的后果。

关于拖延的产生，经济学家早已试图在行为经济学中给出解释：复习的成本在现在，收益在未来（获得好成绩）；玩耍的收益在现在，成本在未来（追赶复习进度）。于是人们倾向于先玩耍，拖延复习。并且，人的跨期效用函数并不是一条水平线，而是拟双曲线（1997, Laibson D）：人对于自己当下所处的时刻非常不耐，而对于之后所有期的效用和成本的估计都带有一个折现系数，介于 0 到 1 之间的  $\beta$ 。对一个人来说，现在立刻玩耍一分钟的效用（设为  $u$ ）要大于几天后玩耍一分钟的效用（ $\beta u$ ）。而相对的，人会低估自己未来努力带来的痛苦程度，现在努力一分钟的成本（设为  $c$ ）要大于几天后努力一分钟的成本（ $\beta c$ ）。

由于存在这样的主观效用时间不一致，人们会高估在当期玩耍带来的效用，低估未来努力产生的成本。因此在当期，大学生会比自己的计划更多地玩耍，更少地学习，将本应该在当期完成的努力推迟到以后，让之后承担更多的复习压力。

大学生在每一期初调整自己的复习计划，将之前没完成的部分也平均分配到之后各期。在期初时点，人总是会假设自己以后能按时完成计划。但实际到了第二期、第三期，由于  $\beta$  的存在，人依旧无法完成计划，而把没完成的部分拖到以后。直到考试前夕，拖无可拖，大学生才会一次性突击复习，但由于考前最后一期的时间有限，很可能无法完成之前积攒的复习任务。于是，虽然早早做好了计划，但最终还是复习不完的状况就出现了；并且过于密集

的努力会使人感到十分痛苦。

但有时，我们会观察到大学生看起来非常努力，甚至常常熬夜，但最终还是复习不完。这是因为人为自己设定目标（targetting）带来的影响。Camerer C 等人在 1997 年的文章中通过对纽约出租车司机的研究发现了人们的行为受到自我设定目标的影响。雨天时，出租车司机每小时的收入更高，但他们一旦赚够了目标的收入就会早早收工回家；晴天时，司机每小时收入更低，但他们会选择加班直到赚够目标为止。那么对于大学生来说，目标的作用表现为：如果某天一个人从上午开始很认真学习，但到下午觉得自己达到目标，就停止不学，开始玩耍。而如果某天一个人从上午开始一直玩耍到下午，但到了晚上为了达成目标就要熬夜学习——熬夜是这样产生。并且由于上文提到的  $\beta$ ，人即使觉得自己完成了当天的目标，但实际上完成的复习进度并没有达到最初计划时平均分配到每天的进度。

那么，意识到自己会拖延能改善我们的处境吗？我们往往在经历过考前熬夜复习之后，会懊悔自己之前为什么不多努力一点，并基于这一次的经验在下一次期末季到来时设定更长的计划时间，更早开始复习。但是，大学生复习不完并不是因为时间真的不够，而是因为导致主观效用时间不一致的  $\beta$  存在。无论多早开始复习，只要仍有  $\beta$  存在，人总是会高估当期玩耍的效用，低估未来努力的成本，把复习任务往后推，导致当期完不成既定的分摊任务。

而且，如果我们把计划时间拉得很长，我们真的会提前很久开始复习吗？人们对于一件事的重要性的认识也会具有“贴现值”，离现在越远的事情，我们对它考虑越少。因此，即使一个人计划提前一个月进行期末复习，很大可能她会觉得在当时的时点发生的其他事比进行复习具有更高的重要性和优先级，于是在当时并不会立刻开始期末复习。而要到时间更紧迫，期末临近的时候，复习的重要性变得足够高，才会迫使人开始复习。

因此，要打破拖延的魔咒，关键是要意识到自己存在主观效用的时间不一致和目标设定。也就是说，当你觉得自己复习很努力的时候，其实并没有达到最初计划中的工作量。并且，不要高估自己未来的努力程度，不要寄希望于把未完成任务都推到以后完成。只要  $\beta$  一直存在，现在完不成的任务，未来一样完不成，并且这不会因为将计划时间拉得更长而改变。■

参考文献：

- [1] O'Donoghue T, Rabin M. Doing it now or later[J]. American economic review, 1999, 89(1): 103-124.
- [2] Laibson D. Golden eggs and hyperbolic discounting[J]. The Quarterly Journal of Economics, 1997, 112(2): 443-478.
- [3] Camerer C, Babcock L, Loewenstein G, et al. Labor supply of New York City cabdrivers: One day at a time[J]. The Quarterly Journal of Economics, 1997, 112(2): 407-441.
- [4] O'Donoghue T, Rabin M. Choice and procrastination[J]. The Quarterly Journal of Economics, 2001, 116(1): 121-160.

**WORD 批量转 PDF 工具-未注册 注册码购买 QQ: 3049816538(注册后本文字和以下内容消失)**

2000 字

**成都购房咨询, 大专本科成都落户咨询, 成都社保代缴咨询 QQ:**  
**3049816538**

2000 字