

DOI: 10.13718/j.cnki.xdzk.2021.07.004

# 心理素质对中学生拖延的影响：潜在类别分析

房立艳<sup>1,2</sup>, 张大均<sup>1</sup>, 刘广增<sup>1</sup>, 李淑芬<sup>3</sup>, 陈合武<sup>3</sup>

1. 西南大学 心理健康教育研究中心/心理学部, 重庆 400715;

2. 武外英中学校, 武汉 430030; 3. 重庆市潼南区教研室, 重庆 潼南 402660

**摘要:** 采取一般拖延量表对 1 127 位中学生进行测量调查研究, 并对其拖延进行潜在类别分析。结果表明中学生拖延存在显著类别特征, 命名为“高拖延组”“混合组”和“低拖延组”。通过 Logistic 回归分析结果显示, 与“低拖延组”相比, 在其余两组中, 男生人数较多, 初中生人数较多, 性别和学段效应显著。同时, 心理素质对拖延的影响显著, 低心理素质的学生在“高拖延组”和“混合组”中人数较多。

**关键词:** 拖延; 心理素质; 潜在类别分析; 中学生

**中图分类号:** G444

**文献标志码:** A

**文章编号:** 1673-9868(2021)07-0030-06

随着社会的发展, 中学生良好行为习惯的培养越来越重要。拖延作为当代中学生典型的负性行为之一, 如何减少其发生越来越受到教育的重视。拖延是指决策提出与执行之间的差别<sup>[1]</sup>。当中学生拖延出现的频次逐渐升高演变成习惯化行为时, 它会严重危害到个体的认知、个性、行为等各个方面, 不仅仅影响学生的时间管理, 降低学习效率, 导致学业成绩下降, 还会对自尊和情绪产生负面影响等, 危害其身心健康, 影响其全面发展, 甚至纵向影响其成年后的行为<sup>[2-4]</sup>。因此, 中学生拖延需要得到研究者的广泛重视, 以寻找有效的方法对其进行干预。

心理素质包括认知、个性和适应性特征, 与心理健康、心理韧性等概念既有联系又有本质区别<sup>[5-7]</sup>。研究显示, 中小学生的心理素质越高, 其表现出的攻击、任务偏移等问题行为越少, 而独立自主、乐于助人等良好行为习惯越多, 因此, 高心理素质的学生往往表现出较多的积极行为倾向<sup>[8-11]</sup>。而拖延作为中学生消极社会行为之一, 本研究推测心理素质对其也存在显著影响。在认知品质上, 元认知与拖延存在密切相关, 中学生的拖延程度受到自我认知与自我监控等能力的影响<sup>[12]</sup>; 在个性品质上, 通过内在动机的驱动, 高成就动机的人群较少受到任务难易程度的影响, 产生拖延行为的可能性也较低。但低成就动机人群受畏难情绪的影响, 缺乏上进心和拼搏精神, 更容易产生拖延行为<sup>[13]</sup>; 在适应性品质上, 人际关系适应与拖延密切相关, 良好的家庭氛围、和谐的师生互动和高质量的友谊能够减少学生的拖延行为<sup>[4, 14-15]</sup>。因此, 本研究推测心理素质可以负向预测中学生的拖延, 中学生心理素质的提升有助于降低其拖延行为的发生。西南大学张大均团队已有一整套成熟有效的心理素质干预方案, 本研究通过证明心理素质与拖延的关系, 为中学生拖延行为的干预提供有效措施与方案<sup>[16-17]</sup>。

在以往的研究中, 通过拖延总分虽能简单判断个体拖延水平, 却不能较好区分研究群体中不同群组以

收稿日期: 2021-01-14

基金项目: 全国教育科学规划教育部青年课题(EBA170438)。

作者简介: 房立艳, 硕士, 主要从事心理素质与心理健康教育研究。

通信作者: 张大均, 教授, 博士生导师。

及群组间的质性差异<sup>[15]</sup>. 目前,潜在类别分析(Latent class analysis, LCA)越来越多地应用于心理学研究<sup>[18]</sup>. 此方法能够准确对群体的心理、行为特征进行分类,得到潜在类别的外在特征,在此基础上揭示不同特征的类别群组<sup>[19]</sup>. 本研究运用潜在类别分析探究中学生拖延行为的潜在类别特征,并揭示心理素质对其的影响,为后续的干预提供理论依据.

## 1 研究方法

### 1.1 被试

采用整群随机抽样的方法,选取重庆市五所中学的中学生进行调查,剔除无效问卷后获得1 127份有效问卷,有效率为97.5%,其中:男生652人(57.9%),女生475人(42.1%);初一290(19.0%),初二281人(17.1%),高一282人(19.0%),高二274人(17.3%);初中生571人(50.7%),高中生556人(49.3%). 被试年龄跨度为11~19( $M=14.66$ ,  $SD=1.68$ )岁.

### 1.2 研究工具

#### 1.2.1 一般拖延量表

一般拖延量表能够很好反映出中学生在日常生活与学习中的拖延情况,问卷共有20个题目,采用1~5级计分,总分越高代表个体拖延行为或倾向越多<sup>[20]</sup>. 本研究中的Cronbach's  $\alpha$  系数为0.824.

#### 1.2.2 中学生心理素质问卷(简化版)

中学生心理素质问卷(简化版)由认知、个性和适应性维度构成<sup>[21]</sup>. 问卷共有24个题目,采用1~5级计分,个体总分越高,代表心理素质水平越高<sup>[22]</sup>. 本研究中,量表Cronbach's  $\alpha$  系数为0.901.

### 1.3 统计及数据分析方法

本研究数据分析分为以下两步:首先,运用Mplus对中学生拖延进行潜在类别分析,确定拟合最优模型,得出中学生拖延的潜在类别,分析不同群组之间的差异<sup>[23-24]</sup>;其次,在第一步的基础上,进行logistic回归分析,从而揭示性别和学段效应及心理素质对中学生拖延行为的影响<sup>[25]</sup>.

## 2 结果

### 2.1 中学生拖延的潜在类别分析结果

表1汇总了5个潜在类别模型的拟合指数. 在表1中,从1-Class模型至5-Class模型,拟合指数AIC, BIC和aBIC均单调递减. 5个潜在类别模型的Entropy值都大于0.85,但3-Class模型的Entropy值最大. 3-Class模型的LMR值达到显著水平( $p < 0.01$ ),而4-Class模型的LMR值未达到显著水平,代表3-Class模型在LMR指标上为最优模型. 此外,BLRT的数值同样显示从1-Class模型至5-Class模型拟合程度均显著. 同时,3-Class模型的轮廓清晰且符合模型适宜性标准,因此3-Class模型为最优模型.

从应答概率图(图1)可知,C1类别与其余两组相比的得分概率较高,占总样本的10.5%,将其命名为“高拖延组”. 占全体样本人数40.2%的C2类别的得分概率介于其余两类别之间,命名为“混合组”. 占总样本人数49.3%的C3类别的得分概率整体偏低,命名为“低拖延组”.

表1 中学生拖延的潜在类别分析(LCA)的各项指标比较

Model	K	Log(L)	AIC	BIC	aBIC	LMR	BLRT	Entropy	类别概率
1-Class	80	-32 753.236	65 666.471	66 068.657	65 814.554				
2-Class	161	-30 671.471	61 664.941	62 474.339	61 962.958	* * *	* *	0.893	0.34/0.66
3-Class	242	-30 183.591	60 851.183	62 067.793	61 299.133	* *	* *	0.906	0.11/0.40/0.49
4-Class	323	-29 821.344	60 288.689	61 912.511	60 886.573	0.787	* *	0.862	0.13/0.25/0.23/0.39
5-Class	404	-29 507.701	59 823.402	61 854.437	60 571.219	0.415	* *	0.874	0.15/0.36/0.18/0.18/0.13

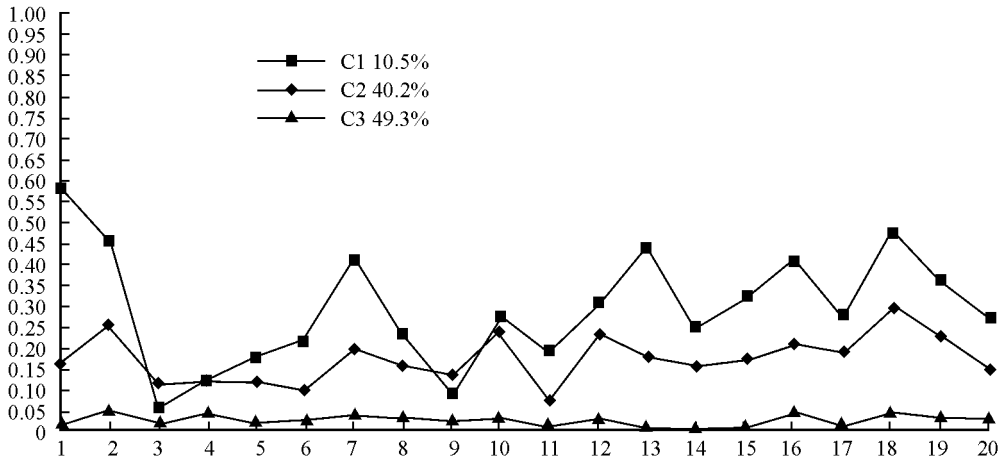


图 1 中学生拖延的 3 个潜在类别在 20 个条目上的得分概率

## 2.2 性别、学段和心理素质对中学生拖延潜在类别的影响

确定了中学生拖延的潜在类别之后,进行性别、学段及心理素质影响的 logistic 回归分析.其中,因变量为潜在类别的分类结果,自变量为性别和学段,协变量为心理素质,基准的比较参考类别为“低拖延组”,并设置相应的哑变量<sup>[26-27]</sup>.通过回归分析,得出反映性别效应、学段效应及心理素质影响效应的 OR 值,见表 2.

根据 OR 值可知,相较于“低拖延组”,其余两组中:男生占的比例更大;初中生占的比例更大;低心理素质的学生占的比例更大.

表 2 性别、学段和心理素质对潜在类别的 logistic 回归

置信区间	性别(男-女)			学段(初中-高中)			心理素质		
	OR	CI(95%)	P	OR	CI(95%)	P	OR	CI(95%)	P
C1	1.14	0.76~1.71	***	2.05	1.36~3.09	***	0.29	0.21~0.42	***
C2	1.20	0.93~1.54	***	1.51	1.18~1.94	***	0.24	0.17~0.34	***

注:\*\*\*表示  $p < 0.001$ .

## 3 讨论

### 3.1 中学生拖延的潜在类别特征

本研究通过潜在类别分析发现中学生拖延存在显著的潜在类别.结果证明各拖延的潜在类别之间存在水平差异,拖延并不是“非全即无”的,而是存在群组异质性,不同组别之间存在显著的差异性.

在 3-Class 模型中,“高拖延组”在所有指标上都有较高的条件概率,拖延现象表现最为严重.此类学生在任务中出现拖延行为的频率较高,已形成习惯化行为,做事拖延,缺乏基本的时间管理能力,甚至经常无法准时完成任务,是最需要得到改善和干预的一类学生.对于这一群组,应该找出导致其拖延严重的原因,从根源抓起,帮助其有效地提高时间利用率,做到“今日事今日毕”,减少拖延行为.“混合组”介于“高拖延组”和“低拖延组”之间.该组学生需要积极的正向引导,鼓励其往“低拖延组”转变,防止其转变为“高拖延组”,进行更有针对性的干预.“低拖延组”的条件概率较低,此类学生在日常的学习和生活中存在较少的拖延行为,能够很好管理时间,有较强的行动力,是其余两组学生的榜样,找到该组学生控制拖延行为的有效方法,鼓励其余学生向该组学生学习,减少全体中学生的拖延行为.

### 3.2 性别和学段对中学生拖延潜在类别的影响

相比“低拖延组”,在“高拖延组”和“混合组”中男生较多,显示出男生的拖延行为更多,这也证实了前人的研究<sup>[2]</sup>.已有研究表明,自我控制力较好的学生能够合理利用资源,行动力较强,而自我控制较差的个体难以自我约束,会表现出较多的拖延行为<sup>[28]</sup>.在中学阶段,男生的自我控制力要比女生低,因此在日

常生活中更容易拖延<sup>[29]</sup>。同时,相比“低拖延组”而言,“高拖延组”和“混合组”中初中生占的比例更大。这一结果表明初中生的拖延要多于高中生。随着年龄的增长,中学生能够做到越来越好的自我约束,抑制自己的懒惰倾向,自控能力的提升促使拖延水平随之下降<sup>[30]</sup>。其次,高中生正面临着人生中的重要转折点,即高考<sup>[31]</sup>。在中国,高考的压力对于高中生来说是相对较大的,在这一阶段,学生的学习目标更加明确,对于大学的向往加之父母和老师的督促,学生更加自律,学会了合理安排时间,争分夺秒的进行学习,朝着目标努力的坚定感和意志力使得拖延行为减少。因此,对于中学生拖延的干预,我们应该更加关注初中的男生,找到适合的方法,做到“对症下药”。

### 3.3 心理素质对中学生拖延潜在类别的影响

本研究发现,心理素质对中学生拖延有显著的预测力。心理素质较高的学生更可能属于“混合组”和“低拖延组”。首先,高心理素质的学生拥有较多的社会支持资源,如较多的父母关爱,较好的同伴关系和较多的教师关注等等,这些积极的社会支持给予了他们更多的勇气和信心,促使其能够努力追寻自己的学习和学习目标,对资源进行有效分配,合理利用有限的时间,有计划地进行学习,减少拖延行为<sup>[32-33]</sup>。其次,高心理素质的学生更愿意积极应对生活事件,即使面对负性生活事件,也能够运用情绪调节策略来调节情绪,增加战胜困难的自信心和意志力,采取积极的行动对负性生活事件做出正确处置,而不是通过拖延的方式进行逃避问题,甚至是放弃完成任务<sup>[34-35]</sup>。最后,在面对学习或社交等压力时,高心理素质的学生有较好的认知水平和个性特点,适应环境的能力也较强,良好的心理素质使得他们更愿意采用积极的应对策略,例如寻求他人帮助或指导、合理化自己失败的原因并重新进行挑战等;但对于低心理素质的学生,他们对失败的恐惧促使他们所选择的应对方式往往更加消极,如选择逃避、防御式攻击等,而拖延也是此类学生进行消极逃避的一种形式<sup>[36-37]</sup>。

## 4 结 论

- 1) 中学生拖延可划分为3个潜在类别群组,即“高拖延组”“混合组”和“低拖延组”。
- 2) 中学生拖延的性别和学段效应显著。男生更易产生拖延行为,初中生的拖延行为比高中生更多。
- 3) 心理素质显著影响中学生拖延,提升心理素质可以减少中学生的拖延行为。

### 参考文献:

- [1] FERRARI J R. Self-Handicapping by Procrastinators: Protecting Self-Esteem, Social-Esteem, or Both [J]. *Journal of Research in Personality*, 1991, 25(3): 245-261.
- [2] KLASSEN R M, ANG R P, CHONGWH, et al. A Cross-Cultural Study of Adolescent Procrastination [J]. *Journal of Research on Adolescence*, 2009, 19(4): 799-811.
- [3] OWENS A M, NEWBEGIN I. Academic Procrastination of Adolescents in English and Mathematics: Gender and Personality Variations [J]. *Journal of Social Behavior and Personality*, 2000, 15(5): 111-124.
- [4] PYCHYL T A, COPLAN R J, REID P A M. Parenting and Procrastination: Gender Differences in the Relations Between Procrastination, Parenting Style and Self-Worth in Early Adolescence [J]. *Personality and Individual Differences*, 2002, 33(2): 271-285.
- [5] 张大均,冯正直,郭成,等.关于学生心理素质研究的几个问题[J].*西南师范大学学报(哲学社会科学版)*,2000,26(3):56-62.
- [6] WANG J L, ZHANG D J, ZIMMERMAN M A. Resilience Theory and Its Implications for Chinese Adolescents [J]. *Psychological Reports*, 2015, 117(2): 354-375.
- [7] 张大均,王鑫强.心理健康与心理素质的关系:内涵结构分析[J].*西南大学学报(社会科学版)*,2012,38(3):69-74,174.
- [8] WU L L, ZHANG D J, CHENG G, et al. Parental Emotional Warmth and Psychological Suzhi as Mediators Between Socioeconomic Status and Problem Behaviours in Chinese Children [J]. *Children and Youth Services Review*, 2015, 59:

132-138.

- [9] 陈万芬. 4-6 年级小学生心理素质与良好行为习惯、问题行为的关系 [D]. 重庆: 西南大学, 2017.
- [10] 刘广增. 中学生心理素质与良好行为习惯、问题行为的关系 [D]. 重庆: 西南大学, 2017.
- [11] 武丽丽, 张大均, 程刚, 等. 小学生课堂问题行为与心理素质的关系: 一项观察研究 [J]. 心理与行为研究, 2017, 15(1): 12-19.
- [12] SPADA M M, HIOU K, NIKCEVIC A V. Metacognitions, Emotions, and Procrastination [J]. *Journal of Cognitive Psychotherapy*, 2006, 20(3): 319-326.
- [13] DIETZ F, HOFER M, FRIES S. Individual Values, Learning Routines and Academic Procrastination [J]. *British Journal of Educational Psychology*, 2007, 77(4): 893-906.
- [14] 申娅莉. 初中生班级环境、自我决定动机与学业拖延的关系研究 [D]. 南京: 南京师范大学, 2012.
- [15] 温娟. 朋友群体特征、时间管理倾向与高中生学业拖延的关系 [D]. 济南: 山东师范大学, 2016.
- [16] FURLONG M J, GILMAN R, HUEBNER E S. *Handbook of Positive Psychology in Schools* [M]. New York: Routledge, 2014.
- [17] 张大均, 余林, 王金良, 等. 学生心理素质培养模式及实施策略研究 [M]. 北京: 科学出版社, 2014.
- [18] HAGAN M J, SULIK M J, LIEBERMAN A F. Traumatic Life Events and Psychopathology in a High Risk, Ethnically Diverse Sample of Young Children: a Person-Centered Approach [J]. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 2016, 44(5): 833-844.
- [19] 张洁婷, 焦璨, 张敏强. 潜在类别分析技术在心理学研究中的应用 [J]. 心理科学进展, 2010, 18(12): 1991-1998.
- [20] LAY C H. At Last, my Research Article on Procrastination [J]. *Journal of Research in Personality*, 1986, 20(4): 474-495.
- [21] 胡天强, 张大均, 程刚. 中学生心理素质问卷(简化版)的修编及信效度检验 [J]. 西南大学学报(社会科学版), 2017, 43(2): 120-126.
- [22] 易雯静. 小学生心理素质问卷的修编及其特点研究 [D]. 重庆: 西南大学, 2010.
- [23] MUTHEN L K, MUTHEN B O. *Mplus User's Guide* [M]. Los Angeles: Muthén & Muthén, 2012.
- [24] SCOTTO ROSATO N, BAER J C. Latent Class Analysis: a Method for Capturing Heterogeneity [J]. *Social Work Research*, 2012, 36(1): 61-69.
- [25] NOURI F, FEIZI A, KESHTELI AH, et al. Personality Traits are Differently Associated with Depression and Anxiety: Evidence from Applying Bivariate Multiple Binary Logistic Regression on a Large Sample of General Adults [J]. *Psychiatra Danubina*, 2019, 31(4): 448-456.
- [26] 吴明隆. 问卷统计分析实务: SPSS 操作与应用 [M]. 重庆: 重庆大学出版社, 2010.
- [27] 房立艳, 张大均, 武丽丽, 等. 中学生心理素质的类别特征: 基于个体中心的潜在类别分析 [J]. 心理与行为研究, 2017, 15(1): 20-25.
- [28] 张陆, 王雅丽, 游志麒, 等. 公正世界信念对农村初中生学业拖延的影响: 控制感与时间效能感的序列中介作用 [J]. 中国临床心理学杂志, 2018, 26(2): 367-370.
- [29] 陈秀珠, 李怀玉, 陈俊, 等. 初中生心理资本与学业成就的关系: 自我控制的中介效应与感恩的调节效应 [J]. 心理发展与教育, 2019, 35(1): 76-84.
- [30] FARLEY J P, KIM-SPOON J. The Development of Adolescent Self-Regulation: Reviewing the Role of Parent, Peer, Friend, and Romantic Relationships [J]. *Journal of Adolescence*, 2014, 37(4): 433-440.
- [31] 张千帆. 高考压力从哪里来——中国优质高等教育资源稀缺的制度根源及其改革方案 [J]. 政法论坛, 2016, 34(5): 97-110.
- [32] LIU G Z, ZHANG D J, PaAN Y G, et al. The Relationship Between Middle School Students' Psychological suzhi and Peer Relationship: The Mediating Role of Self-esteem [J]. *Journal of Psychological Science*, 2016, 39(6): 1290-1295.
- [33] PAN Y G, ZHANG D J, LIU Y L, et al. Different Effects of Paternal and Maternal Attachment on Psychological Health among Chinese Secondary School Students [J]. *Journal of Child and Family Studies*, 2016, 25(10): 2998-3008.
- [34] 陈万芬, 张大均, 潘彦谷, 等. 青少年父母依恋与抑郁的研究: 心理素质的中介作用 [J]. 心理科学, 2016, 39(6):

1282-1289.

[35] 刘广增, 张大均, 潘彦谷, 等. 中学生心理素质与同伴关系的研究: 自尊的中介作用 [J]. 心理科学, 2016, 39(6): 1290-1295.

[36] 苏志强, 张大均. 812 岁儿童心理素质与抑郁的关系: 应对方式的中介作用 [J]. 中国特殊教育, 2015(2): 72-77.

## The Influence of Psychological *Suzhi* on Secondary School Students' Procrastination: A Latent Class Analysis

FANG Li-yan<sup>1,2</sup>, ZHANG Da-jun<sup>1</sup>, LIU Guang-zeng<sup>1</sup>,  
LI Shu-fen<sup>3</sup>, CHEN He-wu<sup>3</sup>

1. Research Center of Mental Health Education / Faculty of Psychology, Southwest University, Chongqing 400715, China;

2. Wuhan Britain-China School, Wuhan 430030, China;

3. Teaching and Research Office of Tongnan District, Tongnan Chongqing 402660, China

**Abstract:** In order to explore the characteristics of secondary school students' procrastination and to understand the effect of psychological *suzhi* on procrastination, the General Procrastination Scale (GPS) was administered to 1 127 secondary school students. The results supported the 3-class model and classified the mas "Severe procrastination group" (10.5%), "Mixture procrastination group" (40.2%), and "Mild procrastination group" (49.3%). Amultivariate logistic regression analysis showed that compared with the Mild procrastination group, the proportion of male students and junior middle school students were higher in the other two groups, and students with inferior psychological *suzhi* had greater proportion in the two groups, suggesting that psychological *suzhi* had a significant effect on procrastination.

**Key words:** procrastination; psychological *suzhi*; latent class analysis; secondary school student

责任编辑 张 枸