

自我价值感、心理控制源和 A 型人格对时间管理倾向的影响研究

张 锋, 毕重增, 陈本友

(西南大学 心理学院, 重庆市 400715)

摘 要: 对 433 名中学生进行问卷调查, 综合探讨自我价值感、心理控制源和 A 型人格对时间管理倾向的影响。结果表明: (1) 自我价值感、心理控制源、A 型人格与时间管理倾向存在显著的相关; (2) 自我价值感、心理控制源和 A 型人格对时间管理倾向构成显著或极显著的回归效应; (3) 心理控制源存在以自我价值感为中介变量的对时间管理倾向的显著的间接效应, A 型人格以心理控制源和自我价值感为中介变量对时间管理倾向产生显著的间接影响。

关键词: 自我价值感; 心理控制源; A 型人格; 时间管理倾向

中图分类号: B842 **文献标识码:** A **文章编号:** 1000-2677(2005)06-0006-04

一、前 言

时间管理倾向(time management disposition; TMD)是指个体在运用时间方式上所表现出来的心理和行为特征。这是一种时间维度上的具有动力性的人格特征, 包括时间价值感、时间监控观和时间效能感三个维度。这种人格特征在不同的个体身上具有不同的表现程度、跨情景性和潜在的可测度^[1]。研究表明, 自我价值感、心理控制源、A 型人格分别与时间管理倾向密切相关。如, 张志杰、黄希庭、凤四海等的研究结果^[2]显示, 自我价值感与时间管理倾向存在显著的正相关。这说明, 学生的自我价值感越高, 就越能积极主动的进行时间管理, 其时间管理倾向也会很好。张永红^[3]和阮昆良^[4]的研究发现, 心理控制源与时间管理倾向之间呈显著的负相关, 即越内控的学生, 时间管理得就越好; 越外控的学生, 时间管理得就越差。狄敏、黄希庭、张永红的研究^[5]表明, A 型人格与时间管理倾向存在密切的关系, 主要表现为 A 型人格总分

和各个因子得分与时间管理倾向总分及三个维度之间均存在显著正相关(时间监控观和 TH 因子之间除外)。A 型人格的学生, 在时间管理倾向总分和各个分量表上的得分均显著高于 B 型人格的学生。

自我价值感、心理控制源与 A 型人格对时间管理倾向的影响并不是各自独立的, 而是相互联系、相互影响而共同作用于时间管理倾向的。本文拟初步探讨自我价值感、心理控制源和 A 型人格对时间管理倾向的综合影响。

二、研究方法

(一) 被试

中学生 433 人, 其中男 218 人, 女 215 人。初一 59 人, 初二 153 人, 高一 86 人, 高二 135 人。

(二) 工具

1. 青少年自我价值感量表

自我价值感量表(Self Worth Rating Scale)由黄希庭和杨雄编制^[6]。该量表由“总体 SW 量表”、

* 收稿日期: 2005 06 13

作者简介: 张锋(1976-), 男, 河南汝南人, 西南大学心理学院, 硕士研究生, 主要研究认知心理学; 毕重增(1974-), 男, 山东潍坊人, 西南大学心理学院, 博士研究生, 主要研究人格的基本理论与应用; 陈本友(1972-), 山东潍坊人, 西南大学心理学院, 硕士研究生, 主要研究认知心理学。

基金项目: 全国教育科学“十五”规划重点课题(DBA010161)、教育部人文社会科学基金项目(02JAZJD XLX001)“学生健全人格的养成教育”; 重庆市哲学社会科学“十五”规划重点项目“优差中学生时间管理倾向特点与培训对策研究”(20011030)。项目负责人: 黄希庭。

“一般 SW 量表”和“特殊 SW 量表”三部分组成,共 56 题,5 级评分。该量表内部一致性信度在 0.61 - 0.86 之间,间隔 1 个月的再测信度在 0.58 - 0.84 之间。

2 内在一外在心理控制源量表

内在一外在心理控制源量表(Internal External Locus of Control Scale)由 Rotter 编制^[7],包含 23 个正式题项和 6 个插入题。每个项目均为一组内控性陈述和外控性陈述,要求被试必须从中选择一个,对外控性选择记分,得分范围在 0(极端内控)到 23(极端外控)之间。该量表的内部一致性系数是 0.70,间隔一个月的重测信度是 0.72。

3 A 型人格问卷

A 型人格问卷采用张伯源等编制^[8]的 A 型行为类型问卷,共 60 个题项。该量表包含时间紧迫感(TH)、争强好胜和敌意(CH)三个部分,以及真实校正题(L)。TH+CH 得分以 27 分为界,得分为 27 者为极端中间型,而该分数以下及以上者分别代表 B 型倾向和 A 型倾向的人格类型。

4 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 Scale; ATMD)由黄希庭

和张志杰编制^[9]。本量表由时间价值感量表、时间监控观量表和时间效能感量表三个分量表构成,各包含的项目数分别为 10、24 和 10。量表各维度的内部一致性信度系数在 0.62 - 0.81 之间,重测信度系数在 0.71 - 0.85 之间。

(三)程序

以班为单位进行集体施测。由主试讲解指导语,在学生完全理解答题要求之后,在问卷上直接回答。所有问题一次完成。数据均输入计算机,采用 SPSS10.0 统计软件包和 Amos5.0 软件进行分析处理。

三、结果与分析

(一)中学生在各量表上的得分状况

433 名中学生在自我价值感、心理控制源、A 型人格和时间管理倾向量表上的得分均分和标准差列于表 1。其中,自我价值感存在极显著的性别差异($F=8.726, P=0.003<0.01$),自我价值感、A 型人格、时间管理倾向总分、时间监控观、时间效能感存在年级差异,时间管理倾向总分和时间监控观的性别与年级的交互作用显著,其余在年级和性别上都不存在显著差异($P>0.05$)。

表 1 中学生在各量表上的总体测试结果

	自我价值感	心理控制源	A 型人格	时间价值感	时间监控观	时间效能感	TMD 总分
平均分(M)	203.58	9.42	26.79	36.24	72.68	34.96	143.88
标准差(SD)	27.36	3.82	5.45	6.83	12.55	5.97	21.49

(二)相关分析

将中学生的自我价值感、心理控制源、A 型人格和时间管理倾向各维度进行相关分析(见表 2),结果表明,自我价值感与时间管理倾向各

维度之间存在极显著的正相关。A 型人格与时间管理倾向各维度存在显著或极显著的正相关。心理控制源与时间管理倾向各维度存在极显著的负相关。

表 2 自我价值感、心理控制源、A 型人格和时间管理倾向各维度的相关矩阵

	自我价值感	心理控制源	A 型人格	时间价值感	时间监控观	时间效能感
心理控制源	-.25**	-				
A 型人格	.04	.19**	-			
时间价值感	.43**	-.25**	.14**	-		
时间监控观	.41**	-.20**	.11*	.47**	-	
时间效能感	.48**	-.19**	.11*	.53**	.66**	-
TMD 总分	.51**	-.25**	.13**	.74**	.92**	.83**

注: *表示 $P<0.05$, **表示 $P<0.01$

(三)多元回归分析

运用逐步回归分析的方法发现,自我价值感、心理控制源和 A 型人格对时间价值感、时间监控

观、时间效能感和时间管理倾向总分分别构成显著或极显著的回归效应,因而具有显著的预测作用。其标准回归系数见表 3。

表 3 自我价值感、心理控制源、A 型人格与时间管理倾向的多元回归分析表

	时间价值感	时间监控观	时间效能感	TMD 总分
自我价值感	.37***	.38***	.45***	.46***
心理控制源	-.18***	-.13**	-.10*	-.16***
A 型人格	.16***	.112*	.11*	.15**

注: *表示 $P<0.05$, **表示 $P<0.01$, ***表示 $P<0.001$

(四)路径分析

根据已有的研究,结合本研究获得的相关矩阵和回归分析结果,利用 Amos 软件进行路径分析。经过反复验证和分析后,得出自我价值感、心理控制

源和 A 型人格对时间管理倾向的影响关系的结构模型(见图 1)。模型的拟合的基本指数为 $\chi^2=2.935$, $p<.01$; GFI=.972, NFI=.962, CFI=.975, RMSEA=.06, 综合来看,该模型对数据的拟合良好。

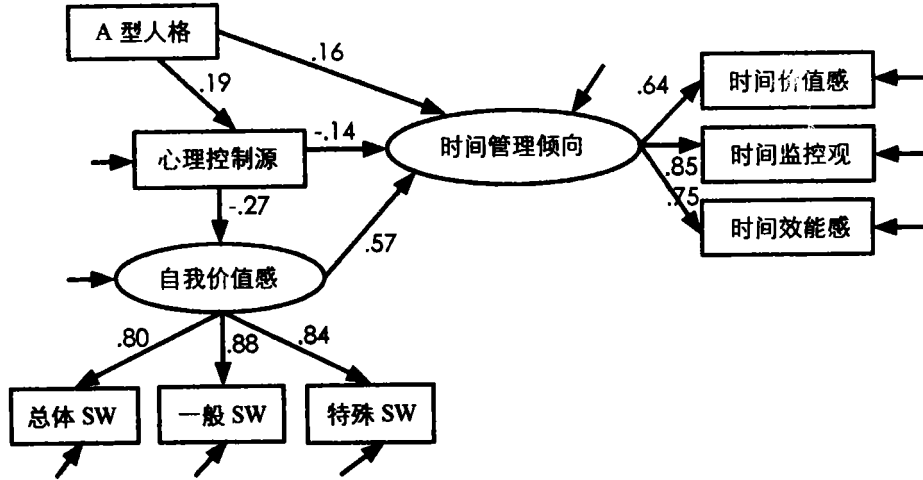


图 1 自我价值感、心理控制源、A 型人格与时间管理倾向关系路径图

由图 1 可以看出,在自我价值感、心理控制源、A 型人格对时间管理倾向影响的路径中,存在 5 条显著路径。A 型人格对时间管理倾向有直接效应,并以心理控制源和自我价值感为中介变量对时间管理倾向产生显著间接影响。自我价值感、心理控制源对时间管理倾向也有直接效应。此外,心理控制源还存在以自我价值感为中介变量的对时间管理倾向的显著的间接效应。

四、讨 论

研究结果表明,自我价值感、心理控制源、A 型人格对时间管理倾向的影响极显著,且对时间管理倾向的三个维度都具有显著或极显著的回归效应,因而是时间管理倾向的良好预测指标。

自我价值感是个人的一种正向的自我情感体验,它对个人的认知、情绪和行为具有一种弥漫性的影响^[9]。研究结果显示,自我价值感对时间管理倾向存在极其显著的正向影响,这与张志杰等的研究^[2]是一致的。而且,自我价值感的核心成分自我价值判断和体验^[6],这实际上是与个体的自我效能感密切相关的。在自我价值感与时间管理倾向各维度的相关分析和回归分析中都可以看到,自我价值感与时间效能感的相关系数和标准回归系数都是最高的,这支持了黄希庭等的理论构想^[1],也就是说,时间效能感作为个体对自己利用和运筹时间的信念和预期,反映了个体对时间管理的信心以及对时间管理能力的估计。

心理控制源是指人们对行为或事件结果的一

般性看法^[7],内控的人有强烈的自我信念,认为活动的结果是由自身因素决定的,能力和努力能控制事态的发展^[10]。因此就会积极的利用和管理时间,时间管理水平高。外控的人大多缺乏自我信念,觉得自己行为的结果取决于外界机会、运气、命运、权威人士等外部力量,与自己的努力无关^[10],所以常常会被动和消极的对待事件的进展,放松对自己的主观要求和意志努力,不会主动的利用和管理时间,导致时间管理状况很差。本研究再次验证了有关研究^[3-4]的结果,表明心理控制源与时间管理倾向之间存在比较稳定的关系。

路径分析还发现,心理控制源还通过自我价值感间接影响时间管理倾向。内控的学生相信自己能够控制行为的结果,会自觉的付出努力,取得成功的机会就很多,在成功体验中就会逐渐形成较高的自我价值感,这会进一步促使个体去进行科学有效的自我管理,以取得更大的成就,从而形成了良好的时间管理倾向。反之,外控的学生容易放弃主观努力,因而就会遭遇到很多挫折和失败,给自我价值感带来负面影响,进一步影响利用和运筹时间的积极性和效果。而且,通过进一步分析心理控制源对时间管理倾向的效应发现,间接效应(-0.15)与直接效应(-0.14)基本持平,这说明,心理控制源对时间管理倾向的间接作用也不容忽视。

在 A 型人格与时间管理倾向方面, A 型人格者的时间匆忙感、紧迫感 and 做事快等特征^[11]影响到其对待时间的态度和管理时间的行为。他们常珍惜时间,善于利用时间,具有良好的时间管理倾

向^[5]。这在本研究中也得到支持。

进一步分析发现, A 型人格还以心理控制源和自我价值感为中介对时间管理倾向产生间接效应。从相关矩阵和路径图中均可以看出, A 型人格对心理控制源的影响是正向的, 这与一些研究结果^[12, 13, 14]并不一致。我们认为, 有的 A 型人格者虽然成就动机强烈^[15], 具有高度的时间紧迫感, 好像牢牢地将时间和行为控制起来, 但实际的行为是受时间所控制, 是将控制权交给了时间来代理, 也就是说 A 型外控的人不是有效管理时间, 而是由于无法摆脱的时间压迫感而刻意去安排时间。相反, 具有高度时间紧迫感的人, 如果其行为是能随自己的意愿来调控的, 那么其时间紧迫感就是时间管理的表现。

五、结 论

在本研究条件下, 可以得出以下结论:

(一)自我价值感、心理控制源、A 型人格与时间管理倾向存在显著的相关。自我价值感、A 型人格与时间管理倾向总分及各维度存在显著或极显著的正相关; 心理控制源与时间管理倾向总分及各维度存在极显著的负相关。

(二)自我价值感、心理控制源和 A 型人格对时间管理倾向构成显著或极显著的回归效应。

(三)心理控制源存在以自我价值感为中介变量的对时间管理倾向的显著的间接效应, A 型人格以心理控制源和自我价值感为中介变量对时间管理倾向产生显著的间接影响。

参考文献:

[1] 黄希庭, 张志杰. 论个人的时间管理倾向[J]. 心理科学,

2001, 24(5): 516 – 518

[2] 张志杰, 黄希庭, 凤四海等. 青少年时间管理倾向相关因素的研究[J]. 心理科学, 2001, 24(6): 649 – 653

[3] 张永红. 大学生心理控制源和时间管理倾向的相关研究[J]. 心理科学 2003 26(3): 567 – 568

[4] 阮昆良. 中学生心理控制源和时间管理倾向的相关研究[J]. 中国临床心理学杂志, 2004, 12(2): 147 – 150

[5] 狄敏, 黄希庭, 张永红. 大学生时间管理倾向和 A 型人格的关系研究[J]. 中国临床心理学杂志, 2004, 12(2): 154 – 155

[6] 黄希庭, 杨雄. 青年学生自我价值感量表的编制[J]. 心理科学, 1998, 21(4): 289 – 292

[7] 汪向东等编. 心理卫生评定量表手册(增订版) [M]. 北京: 中国心理卫生杂志社, 1999: 330 – 332

[8] 张伯源. 心血管病人的身心反应特点的研究(II). 对冠心病人的行为类型特征的讨论[J]. 心理学报, 1985 17(3): 314 – 321.

[9] 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

[10] 莫雷主编. 教育心理学[M]. 广州: 广东高等教育出版社, 2002: 445 – 446

[11] 黄希庭. 人格心理学[M]. 浙江: 浙江教育出版社, 2002: 620 – 626

[12] 车丽萍. 大学生成就动机、性格特征、控制点与自信关系的研究[J]. 应用心理学, 2003, 9(2): 26 – 30

[13] Walsh, James J.; Wilding, John M. & Eysenck, Michael W (1997). *Neuroticism, locus of control, Type A behaviour pattern and occupational stress*[J]. **Work & Stress** 11 (2): 148 – 159.

[14] Feather, N. T. & Volkmer, R. E. (1988). *Preference for Situations Involving Effort, Time Pressure, and Feedback in Relation to Type A Behavior, Locus of Control, and Test Anxiety*[J]. **Journal of Personality and Social Psychology**. 55(2): 266 – 271.

[15] Price, V. A. (1982). **Type A behavior pattern: A model for research and practice**[M]. New York: Academic Press.

责任编辑 曹 莉

The Effect of Self Worth, Locus of Control, and Type A Personality on Time Management Disposition

ZHANG Feng, BI Chong zeng, CHEN Ben you
(School of Psychology, Southwest University, Chongqing 400715, China)

Abstract To investigate the influence of self worth, locus of control and type A personality on time management disposition, we have questionnaired 433 middle school students with Self Worth Rating Scale, Internal External Locus of Control Scale, Type A Personality Scale and Adolescence Time Management Disposition Scale. The results showed that; (1) self worth, locus of control and type A personality have a significant correlation with time management disposition respectively; (2) self worth, locus of control and type A personality have a significant regression effect on time management disposition respectively; (3) locus of control has an indirect effect on time management disposition significantly through self worth, and type A personality has an indirect effect on time management disposition significantly through locus of control and self worth.

Key words self worth; locus of control; type A personality; time management disposition