

· 群体心理卫生 ·

## 高中生 A 型人格与时间管理倾向的关系\*

尧国靖<sup>①</sup> 黄希庭<sup>①</sup> 罗春明<sup>②</sup> 龚艺华<sup>③</sup>

【关键词】 时间管理; A 型人格; 断面调查; 高中生;

中图分类号: R395.6 文献标识码: A 文章编号: 1000-6729 (2006) 05-0337-01

时间管理倾向是一种时间维度上的人格特点, 由时间价值感、时间监控观和时间效能感构成<sup>[1,2]</sup>。本研究对高中生 A 型人格与时间管理倾向的关系进行初步探讨。

### 对象和方法

1.1 对象 重庆和四川两所重点中学与两所非重点中学的高中生共 405 人, 得到有效问卷 372 份, 其中男生 195 人, 女生 177 人; 高一 179 人, 高二 120 人, 高三 73 人。

#### 1.2 工具

1.2.1 A 型行为类型问卷: 包含三部分共 60 个题项, 分别为时间紧迫感 (TH); 争强好胜和敌意 (CH); 真实校正题 (L)。TH + CH 得分以 27 分为界, 得分为 27 为极端中间型, 该分数以上及以下分别代表 A 型倾向和 B 型倾向两种人格类型<sup>[3]</sup>。

1.2.2 青少年时间管理倾向量表: 共 44 个题项, 有时间价值感量表、时间监控观量表和时间效能感量表<sup>[1]</sup>。

### 结 果

2.1 A、B 行为类型者时间管理倾向的比较

表 1 A、B 行为类型者时间管理倾向量表评分比较 ( $\bar{x} \pm s$ )

| 量表     | A 型<br>(N=172) | B 型<br>(N=175) | t 值     |
|--------|----------------|----------------|---------|
| 时间价值感  | 36.42 ± 6.51   | 34.66 ± 5.74   | 2.673 * |
| 时间监控观  | 68.76 ± 13.12  | 65.93 ± 11.74  | 2.118 * |
| 时间效能感  | 34.18 ± 6.05   | 33.98 ± 5.57   | 0.316   |
| 时间管理总分 | 139.35 ± 22.03 | 134.57 ± 18.92 | 2.171 * |

\* P < 0.05

在 372 名高中生中, A 型人格 172 人, B 型人格 175 人, 其余 25 人为极端

中间型。表 1 示, A 型人格者在时间管理倾向总分和时间价值感、时间监控观分量表得分均高于 B 型人格者。

#### 2.2 A 型人格与时间管理倾向的关系

A 型人格与时间管理倾向量表各维度间的相关见表 2。

表 2 A 型人格与时间管理倾向的关系 (r)

| 人格    | 时间<br>价值感 | 时间<br>监控观 | 时间<br>效能感 | 时间<br>管理总分 |
|-------|-----------|-----------|-----------|------------|
| TH    | 0.031     | 0.000     | -0.064    | -0.009     |
| CH    | 0.290 **  | 0.277 **  | 0.153 **  | 0.289 **   |
| TH+CH | 0.186 **  | 0.160 **  | 0.050 **  | 0.167 **   |

TH 时间紧迫感; CH 争强好胜和敌意

\* P < 0.05, \*\* P < 0.01

表 2 示 TH 与时间管理倾向各维度和总分均不存在显著相关; CH、TH + CH (即 A 型人格) 与时间管理倾向各维度和总分正相关。

### 讨 论

本研究显示高中生 A 型人格者在时间管理倾向总分和时间价值感、时间监控观分量表得分上高于 B 型人格者。Price 认为 A 型人格的核心信念有三点: ①不断证实自己, 从而激发频繁的成就动机; ②没有全人类的道德原则, 因而激起敌意行为; ③所有资源都是缺乏的, 需要争分夺秒, 以在竞争中取胜<sup>[4,5]</sup>。在这种信念的驱使下, A 型人格者能认识到时间对个人的生存与发展的重要意义, 精心安排并执行自己的时间计划, 以求在竞争中取胜。而 B 型人格者则凡事皆悠然自得、没有时间的紧迫感<sup>[6,7]</sup>, 从而不能充分有效地利用时间。

高中生 A 型人格中的争强好胜和敌

意与时间管理倾向正相关, 可能原因是: 争强好胜、富有敌意的高中生能够正确理解时间对个体成才的重大意义, 能够设置好自己的短期目标和长期目标, 根据事件的优先来合理分配时间, 并对自身应用时间的效率进行更多的自我监控。

### 参考文献

- 1 黄希庭, 张志杰. 青少年时间管理倾向量表的编制. 心理学报, 2001, 33 (4): 338-343.
- 2 阮昆良, 邓凌. 学业成绩高、低分中学生时间管理倾向特点的研究. 西南师范大学学报 (哲学社会科学版), 2004, 30 (1): 35-38.
- 3 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. 心理学报, 1985, 17 (3): 314-325.
- 4 Pervin LA, John OP. 主编. 黄希庭, 主译. 人格手册: 理论与研究. 第二版. 上海: 华东师范大学出版社, 2003. 779-782.
- 5 Mudrack PE. Time structure and purpose, Type A behavior, and the Protestant work ethic. Journal of Organizational Behavior, 1999, 20 (2): 145-159.
- 6 黄希庭. 人格心理学. 浙江: 浙江教育出版社, 2002, 620-626.
- 7 理查德·格里格, 菲利普·津巴多著. 王垒、王甍等译. 心理学与生活. 北京: 人民邮电出版社, 2004, 381.

责任编辑: 孔庆梅

05-09-06 收稿, 06-02-22 修回

\* 基金项目: 教育部人文社会科学重点研究基地重大项目“儿童青少年健全人格养成教育研究”(02JAZJDXL001); 全国教育科学十五规划重点研究课题“学生健全人格养成教育研究”(DBA010162), 项目主持人: 黄希庭

① 西南大学心理学院, 重庆 400715 ② 中国科学院心理研究所, 北京 100101 ③ 湖北师范学院, 435002

