

# 基于计划行为理论的大学生学业拖延行为研究

林琳<sup>1</sup>, 白新文<sup>2</sup>

(1.中央财经大学商学院,北京100081;2.中国科学院心理研究所行为科学重点实验室,北京100101)

**【摘要】 目的:**采用计划行为理论,探讨针对具体任务的态度,知觉行为控制、主观规范和行为意向如何影响大学生的学业拖延。**方法:**从某大学的一个学院抽取134名大三学生,采用问卷测量计划行为理论的各个变量,以被试报告的学业任务完成量作为学业拖延行为的测量指标,采用多层模型分析数据。**结果:**对特定任务的态度越积极,知觉行为控制越强,按期完成任务的主观规范越强,行为意向越强,拖延行为越少。此外,行为意向是行为态度和知觉行为控制影响拖延行为的中介变量。**结论:**计划行为理论是拖延行为研究的良好整合性理论框架,也可为拖延行为的干预提供指导。

**【关键词】** 拖延行为; 学业拖延; 计划行为理论

中图分类号: R395.6 文献标识码: A 文章编号: 1005-3611(2014)05-0855-05

## A Study of Academic Procrastination Based on the Theory of Planned Behavior

LIN Lin<sup>1</sup>, BAI Xin-wen<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Central University of Finance and Economics, Beijing 100081, China; <sup>2</sup>Key Laboratory of Behavioral

Science, Institute of Psychology, Chinese Academy of Sciences, Beijing 100101, China

**【Abstract】 Objective:** The current study employed the theory of planned behavior(TPB) to explore the effects of TPB variables(behavioral attitude, perceived behavior control, subjective norm, and behavioral intention) on academic procrastination. **Methods:** 134 undergraduate participants fulfilled the TPB questionnaire and listed five study-related tasks which were assumed to be completed by the end of the upcoming week. Multilevel analysis was employed to analyze the data. **Results:** ① All the TPB variables were significantly related to academic procrastination. Specifically, participants were less likely to procrastinate when they held more positive attitude, perceived more behavioral control, felt stronger subjective norm, and formed stronger behavioral intention towards task completion; ② Behavioral intention mediated the effects of attitude and perceived control on academic procrastination. **Conclusion:** The theory of planned behavior provides an overarching theoretical framework for explaining and predicting procrastination, and the intervention toward procrastination.

**【Key words】** Procrastination behavior; Academic procrastination; Theory of planned behavior

大学生群体普遍存在拖延行为<sup>[1]</sup>,其中学业拖延是其主要表现<sup>[2]</sup>。拖延不仅会降低学习效率<sup>[3,4]</sup>,还会引发焦虑、抑郁、愧疚等负性情绪<sup>[5]</sup>,最终对身心健康造成消极影响<sup>[3,6]</sup>。

拖延指延迟开始或延后完成计划要做的事情<sup>[7]</sup>。现有研究大多探讨影响拖延行为的两类因素。第一类因素是人格特征。众多研究表明,尽责性是和拖延行为相关最为密切的人格维度,尽责性高的个体拖延程度较低<sup>[7]</sup>。自尊程度低<sup>[8]</sup>、自我效能感低<sup>[9]</sup>、情绪稳定性低<sup>[10]</sup>的个体,其拖延程度较高。另一类因素是任务特征。任务厌恶是导致拖延的突出因素<sup>[11]</sup>。人们越不喜欢某项任务,就越容易拖延<sup>[7]</sup>。总体而言,自主性低、重要性低和反馈不及时的任务更

有可能导致决策拖延<sup>[12]</sup>,而不愉快的、有压力的、困难的任务容易导致行为拖延<sup>[11]</sup>。

但现有研究存在两点突出的局限性。第一,研究者通常将拖延看做相对稳定的人格特质<sup>[9,13]</sup>。由于人格特质短期内无法改变,这类研究难以为拖延行为的干预提供实质性指导。第二,多数研究停留在探讨拖延与其前因或结果变量间的关系,缺少统领性的理论框架,这导致研究缺乏理论深度,结果零散且系统性低<sup>[14]</sup>。

计划行为理论是解释和预测个体行为的理论,该理论认为行为意向是行为的直接决定性因素<sup>[15]</sup>。该理论已被证明具有良好的解释力,并被广泛应用于多个领域<sup>[16]</sup>。拖延本质上是个体对特定意向实施的回避,即意向与行为之间存在差异,最终体现为延迟执行或完成任务<sup>[7]</sup>。计划行为理论从意向与行为间关系的角度来解释和预测行为,这正与拖延行为的实质想匹配。鉴于此,本研究以计划行为理论为指导性框架,探讨态度、认知和情境等因素如何影响

**【基金项目】** 本研究受到国家自然科学基金项目(71101156, 71271203);教育部人文社科基金项目(10YJC630138);中央财经大学重大科研课题培育项目(基础理论类)及科研创新团队支持计划的资助

通讯作者:林琳,linlin@cufe.edu.cn.

大学生的学业拖延。

计划行为理论认为,行为意向是决定行为的直接因素<sup>[15]</sup>。行为意向指影响行为的动机因素,表明人们愿意付出努力去尝试或愿意付出多少努力实施行为。行为意向主要由行为态度、主观规范以及知觉行为控制3个因素所决定。行为态度是个体对实施特定行为的积极或消极评价;主观规范指个体对于是否实施特定行为的社会压力的感知;知觉行为控制指个体对实施特定行为难易程度的知觉。个体对特定行为的态度越积极,知觉到的主观规范越大,知觉行为控制越强,则实施特定行为意向就越强烈,从而更有可能执行特定行为。换言之,行为态度、主观规范和知觉行为控制通过行为意向的中介作用最终影响实际行为。此外,知觉行为控制除了通过行为意向的中介作用对行为产生影响外,也直接对行为产生影响。综上可知,计划行为理论将影响拖延行为的个体、任务及情境因素有机整合到统一的理论框架内。

计划行为理论已在多个领域得以广泛应用,众多研究表明,该理论能对个体是否从事诸如节食、成瘾戒断、体育锻炼、冒险、规则遵守、求职等行为具有良好的解释和预测力<sup>[16,17]</sup>。正如上述所言,计划行为理论从意向与行为间关系的角度来解释和预测行为,这抓住了拖延是意向与行为间存在差异的实质<sup>[7]</sup>。因而,计划行为理论为拖延行为的研究提供了极具针对性的指导性框架。然而据目前掌握的文献看,多数研究只是局部探讨该理论某些变量与拖延行为的关系,鲜有研究采用整体框架探讨四类因素如何同时影响拖延行为。

大量研究表明,行为意向显著影响拖延行为。Gollwitzer和Sheeran采用元分析技术总结94项实证研究的结果后发现,行为意向越明确,目标达成率越高,也即拖延程度越低<sup>[18]</sup>。这是因为明确的行动意向有助于个体着手开始执行任务、排除额外因素的干扰、尽快从行动失败的阴影中走出来、调动精力用于后续的任务执行。Owens等的实验研究证明,当要求大学生形成明确的行为意向时,他们原计划完成任务的几率约为控制组的8倍<sup>[19]</sup>。

行为态度是个体对实施特定行为的总体评价,包括认知与情感两个维度<sup>[20]</sup>。认知维度指个体对任务价值属性的判断;情感维度指个体是否喜欢某项任务。无论是认知还是情感维度上,个体对特定任务的态度越积极,行为执行的可能性就越高,拖延行为就越少。例如,重要性、紧急性、优先程度越高的任务<sup>[21]</sup>;有趣的、令人愉快的、喜欢的任务<sup>[11]</sup>,其完成

量更高,拖延行为更少。

知觉行为控制指个体对实施特定行为难易程度的知觉。许多研究表明,当个体对完成特定任务有较高的自我效能感,并对任务执行的外部资源具有较强控制感时,拖延行为会减少。例如,自我效能感高的学生,学习拖延程度更低<sup>[9]</sup>;内控的学生,拖延行为更少<sup>[22]</sup>;自主性高的任务会减少拖延<sup>[12]</sup>;有压力的、困难的任务容易导致行为拖延<sup>[11]</sup>。

主观规范指对于是否实施特定行为,个体感知到的社会压力,反映了情境特征对行为的影响。其中,重要他人对特定行为的态度及行动是主观规范的重要来源<sup>[20]</sup>。重要他人较好地完成任务,会促进个体行为的发生,进而减少拖延行为。Ackerman和Gross的研究表明,班级内部的社会规则对学业拖延有重要影响<sup>[23]</sup>。班级内部形成了“大家需要尽早完成任务”的规范,且学生也清晰感知到这种规范时,完成作业时就更少拖延。

综上可知,计划行为理论的四个核心变量——行为意向、行为态度、知觉行为控制和主观规范——均显著影响学业拖延的程度。当学生对完成特定学习任务的意向越明确,态度越积极,完成该任务的自我效能感和控制感越强,或者对从事或完成该任务的外界压力感知越强烈,拖延行为发生的可能性就越小。另外,当学生对某项任务形成了积极的态度、知觉到较强的控制感、或感受到较强的情境压力时,更有可能着手制定明确的行动计划,即行为意向也会更强烈。因而,基于计划行为理论<sup>[15]</sup>,本研究认为,行为态度(H1)、知觉行为控制(H2)和主观规范(H3)通过行为意向的中介作用影响学业拖延。

## 1 方 法

### 1.1 样本与流程

采用方便取样的方法,选取某高校一个学院的134名大三学生,其中男生51名(占38.1%),平均年龄21.1岁(标准差为0.8)。数据分两个时间点收集。周日晚上,学生根据自己的实际情况,列举需要在未来一周内完成的与学习相关的5项任务。然后针对每一项任务进行评价(测量条目见“2.2变量测量”部分)。其中一位同学仅列举了3项任务,因而最终获得了668项有效的学习任务。周五晚上,学生报告截止到目前所列举的所有学习任务的完成情况。为降低社会称许性的影响,告知学生这是一项关于时间管理的科学研究,匿名参加,所有资料会严格保密。

## 1.2 变量测量

1.2.1 学业拖延的测量 参照Scher和Ferrari<sup>[24]</sup>的方法,本研究从任务完成情况的角度评估学业拖延程度,直接测量在特定时间点的任务完成量。任务完成量越低,则表示拖延越严重。具体而言,学生被要求在周五晚上,针对所列举的每一项任务,报告“与本周初计划相比,请估计到此刻为止,此项任务完成的百分比”。

1.2.2 计划行为理论的变量 正如Ajzen<sup>[20]</sup>所指出,由于行为具有高度特异性,并不存在标准且通用的计划行为理论问卷,而是要根据具体所探讨的行为性质以及各变量的测量方式进行编制。根据Ajzen<sup>[20]</sup>的建议,本研究针对学习任务的特点编制了各变量的测量条目,要求学生采用5点量表评价(1=非常不符合,5=非常符合)。需要针对所列举的5个任务逐一评价,条目数量过多容易造成作答疲劳和厌烦,从而导致额外的测量误差。因而,最终每个变量均用3个条目来测量。行为态度代表性题目如“对于我来说,完成该项学习任务是重要的”,内部一致性系数 $\alpha=0.64$ 。知觉行为控制代表性题目如“我能够控制这项任务的进展”, $\alpha=0.81$ 。主观规范代表性题目如“我的大多数同学很重视此类任务”, $\alpha=0.87$ 。行为意向代表性题目如“我想要完成这项任务”, $\alpha=0.74$ 。

1.2.3 控制变量 拖延特质被认为是一种稳定的人格变量,会影响拖延行为<sup>[2]</sup>;男性较之女性拖延更多一些<sup>[7]</sup>,故将二者作为控制变量。其中,拖延特质采用楚翘等<sup>[11]</sup>翻译的Lay<sup>[25]</sup>的一般拖延量表。该量表是应用最广的特质拖延量表之一,共20个条目,5点量表评价(1=非常不符合,5=非常符合),总分越高,拖延特质越突出。本研究中,其内部一致性系数 $\alpha=0.85$ 。

## 2 结 果

表1是主要变量的描述统计,其中相关矩阵下三角为任务水平的变量间相关,上三角为个体水平的变量间相关。

### 2.1 测量模型

我们采用Mplus进行验证性因子分析,以检验计划行为理论四个变量测量的区分效度,并构建两因素模型和三因素模型进行比较。由于均为被试自我报告,为判断是否存在共同方法偏差,我们还进行Harman单因素检验。模型拟合结果见表2。

表2显示,假设的四因素模型很好拟合了数据,二因素及三因素模型拟合度较差。而且模型比较结果发现, $\Delta\chi^2$ 都显著,显示其拟合度显著比四因素模型差,这说明四个变量的区分效度较好。此外,单因素模型的拟合度很差,这表明共同方法的影响不大。

表1 各变量的均值、标准差和相关系数

	均值	标准差	1	2	3	4	5	6	7
1.任务完成量	67.28	34.96	/	0.06	0.17*	0.14	0.23**	0.10	-0.39**
2.行为态度	4.30	0.66	0.07†	(0.64)	0.36**	0.13	0.45**	0.31**	-0.13
3.知觉行为控制	4.26	0.66	0.16**	0.25**	(0.81)	0.17	0.52**	0.07	-0.31**
4.主观规范	3.34	0.91	0.13**	0.28**	0.06	(0.87)	0.05	0.16	-0.05
5.行为意向	3.82	0.82	0.19**	0.38**	0.46**	0.05	(0.74)	0.15	-0.41**
6.性别	0.62	0.49	0.06	0.19**	0.05	0.10**	0.10**	/	0.04
7.拖延特质	2.67	0.51	-0.24**	-0.09*	-0.21**	-0.03	-0.30**	0.03	(0.85)

注:† $P<0.10$ , \* $P<0.05$ , \*\* $P<0.01$ ,  $P<0.001$ ,下同。下三角矩阵是各变量在任务水平( $N=668$ )上的相关系数;上三角为各变量在个体水平( $N=134$ )上的相关;对角线括号内的数字为各量表的内部一致性系数 $\alpha$ 。性别:0=男,1=女。

表2 计划行为理论四个变量测量的验证性因子分析

模型	$\chi^2$	df	$\Delta\chi^2$	CFI	TLI	RMSEA	SRMR
M1(四因素:假设模型)	232.68**	47		0.95	0.93	0.077	0.063
M2(二因素:态度+控制+规范;行为意向)	1616.12**	52	1383.44**	0.55	0.43	0.212	0.188
M3a(三因素:行为意向+态度;控制感;规范)	395.11**	50	162.43**	0.90	0.87	0.102	0.101
M3b(三因素:行为意向+控制感;态度;规范)	383.04**	50	150.36**	0.90	0.87	0.100	0.083
M3c(三因素:行为意向+规范;态度;控制感)	617.38**	50	384.70**	0.84	0.78	0.130	0.148
M4(单因素,Harman检验)	1903.81**	53	1671.14**	0.47	0.34	0.229	0.161

注: $\Delta\chi^2$ 均和M1(假设的四因素模型)相比以检验其显著性

## 2.2 假设检验

每名被试列举的5项任务嵌套于个体水平,因

而数据具有嵌套性。其中,任务水平的变量(任务完成量、行为态度、主观规范与知觉行为控制)为第一



层,个体水平的变量(性别与拖延特质)为第二层。构建零模型,计算任务完成量在个体和任务两个层面的方差成分,结果发现,个体层面的变异显著( $t_{00}=252.45, t=4.50, P<0.001$ ),  $ICC=0.21$ ,即任务完成量总体变异的21%可由个体层面变量所解释。因而,需要采用多层模型来分析数据,以控制数据的非完全独立性所导致的误差。本研究采用Mplus进行多层分析,并采用Bootstrapping程序检验中介效应<sup>[26]</sup>。

本研究假设,行为意向会中介行为态度、知觉行为控制和主观规范对学业拖延的效应。我们构建两个模型以检验行为意向是否起完全中介的作用。模型1为全模型,即行为意向起部分中介作用,三个因素还存在直接路径。模型2为完全中介模型,三个因素完全通过行为意向的中介作用影响学业拖延,不存在直接路径。两个模型均控制了性别及特质拖延的影响。结果发现,行为意向显著影响学业拖延( $B=5.44, P<0.05$ ),这为其中介效应提供初步证据。然而,行为态度的直接效应不显著( $B=-1.19, ns$ );主观规范对行为意向的影响不显著( $B=-0.04, ns$ ),因而

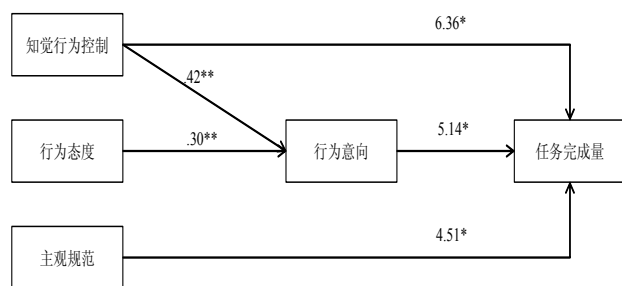
不会通过行为意向的中介作用影响学业拖延。在模型1和2的结果基础上构建了修正模型(模型3),即主观规范仅保留影响学业拖延的直接路径,行为态度仅通过行为意向的完全中介影响学业拖延,而知觉行为控制则同时保留其直接和间接路径。模型3的结果表明,主观规范显著预测学业拖延( $B=4.51, P<0.05$ ),知觉行为控制的直接效应也显著( $B=6.36, P<0.05$ )。采用Bootstrapping程序检验两个间接效应的显著性,结果表明行为态度经由行为意向的间接效应显著(间接效应=1.54,  $P<0.05$ ),95%置信度区间为[0.20, 2.67],不包括0;知觉行为控制的间接效应也显著(间接效应=2.16,  $P<0.05$ ),95%置信度区间为[0.23, 3.79],不包括0。因而,行为意向是行为态度和知觉行为控制影响学业拖延的中介变量,而主观规范通过行为意向的中介作用影响学业拖延的假设没有得到验证。

根据模型3的参数估计结果,绘制最终模型示意图,见附图。

表3 计划行为理论各变量对任务完成量的影响

	模型1(全模型)		模型2(完全中介模型)		模型3(修正模型)	
	行为意向	任务完成量	行为意向	任务完成量	行为意向	任务完成量
控制变量						
性别	/	4.30	/	4.22	/	4.46
拖延特质	/	-15.11***	/	-15.54***	/	-15.29***
计划行为理论变量						
行为态度	0.32***	-1.19	0.32***	/	0.30***	/
知觉行为控制	0.42***	6.46*	0.42***	/	0.42***	6.36*
主观规范	-0.04	4.83*	-0.04	/	/	4.51*
行为意向	/	5.44*	/	7.58**	/	5.14*

注:“/”表示模型不估计该路径



附图 行为态度、知觉行为控制、主观规范和行为意向对任务完成量的影响

### 3 讨 论

本研究表明,计划行为理论对拖延行为也具有良好解释力。对于学业拖延行为来说,对任务的态度越积极,对完成该任务的行为控制感越强,对按期

完成任务的规范体会越深,任务完成量越高,拖延行为越少。中介效应分析还发现,行为意向完全中介行为态度对学业拖延的影响,部分中介知觉行为控制的影响。

然而,主观规范不能显著预测行为意向,因而行为意向没有起到中介作用,主观规范直接影响学业拖延。这与预测有所不同,可能存在几点原因。第一,这可能反映了内部动机过程和外部动机过程的差异<sup>[27]</sup>。当学生对学习任务形成积极态度,且自信有能力完成任务,或拥有自主性时,会产生内部动机,从而自发形成明确的行为意向。而主观规范主要来源于他人对从事该行为的态度和行为,受规范约束,学生形成的是外部动机。迫于外部压力,学生的拖延程度也会降低,但其本人并不一定有明确的

意愿。元分析发现,在计划行为理论的三个预测变量中,主观规范和行为意向的关系最弱<sup>[16]</sup>。第二个原因可能和本研究的任务有关。学生被要求根据自己情况列举未来一周需要完成的任务,所列举的任务存在较大差异,不一定会形成清晰、明确或一致的规范。未来研究可以采用统一任务,以利于规范的形成。

本研究最大的理论贡献和创新点在于,将计划行为理论应用到拖延行为的研究中来。拖延研究非常缺乏综合性的理论框架<sup>[14]</sup>。已有研究多探讨一个或几个变量与拖延的关系,很少将拖延的诸多影响因素整合到统一的理论框架下予以系统考察。计划行为理论具有很强的整合性,可以有机整合已有研究的结果。例如,如任务厌恶、任务重要性、紧急性等因素可以由行为态度维度加以概括;任务的自主性、控制感、难度、自我效能感等特征体现在知觉行为控制变量上;拖延的情境特征可由规范变量来衡量。不但如此,计划行为理论还指出,上述变量主要通过行为意向的中介作用影响拖延行为,因而进一步解释和预测了其作用机制。此外,本研究证明,该理论也适用于解释拖延行为,扩展了计划行为理论的应用范畴。

本研究拓展了对拖延行为影响因素的理解。许多持特质论的研究者认为特质拖延是造成拖延的主要因素<sup>[13]</sup>。本研究结果也表明,拖延特质强的学生,其预定任务的完成率确实较低( $B=-15.29, P<0.001$ , 见表3的模型3)。但个体层面变量仅解释了任务完成量总体变异的21%,而其余79%的变异则由任务层面的变量所解释。即使拖延倾向很强的个体,也不会在所有事情上都拖延。是否拖延、拖延的严重程度还要视乎任务、情境因素而定。对那些态度积极、控制感强的任务,拖延程度会较低。Pychyl等<sup>[11]</sup>的研究也发现,学生通常只在那些自己不喜欢、难度大、导致高压力的任务上拖延。这说明,仅从人格特质角度解释拖延行为是不准确的,因而,后续研究应该继续采用多层次理论的视角,结合具体的任务和情境特征探讨拖延行为的影响因素。

采纳计划行为理论作为指导框架,结合具体任务与情境的特征探讨拖延行为,这种视角对于如何克服拖延也有启示。本研究证明,任务层面上的动机因素(如态度、知觉行为控制、主观规范)和意志因素(行为意向)都显著影响学业拖延,而且动机因素还有助于促进意志过程。因而,可以从两个相应角度设计干预方案,克服拖延。第一,在动机水平上施

加干预,如提升对特定行为的态度、增强自我效能感和自主性,提高对任务的内部动机;或者通过外部角度,提高外部动机。第二,从意志水平上进行干预,促进行动意向的形成,通过制定行动计划,减少拖延行为的发生。

## 参 考 文 献

- 1 楚翘,肖蓉,林倩.大学生拖延行为状况与特点研究.中国健康心理学杂志,2010,18(8):970-972
- 2 Howell AJ, Watson DC, Powell RA, et al. Academic procrastination: The pattern and correlates of behavioural postponement. *Personality and Individual Differences*, 2006, 40(8): 1519-1530
- 3 倪士光,徐继红,叶霖.非理性拖延量表的修订及其与健康行为的关系:自我效能的中介作用.中国临床心理学杂志,2012,20(5):603-605
- 4 Tice DM, Baumeister RF. Longitudinal study of procrastination, performance, stress, and health: The costs and benefits of dawdling. *Psychological Science*, 1997, 8(6): 454-458
- 5 Krause K, Freund AM. Delay or procrastination: A comparison of self-report and behavioral measures of procrastination and their impact on affective well-being. *Personality and Individual Differences*, 2014, 63(1): 75-80
- 6 Stead R, Shanahan MJ, Neufeld RWJ. I'll go to therapy, eventually: Procrastination, stress and mental health. *Personality and Individual Differences*, 2010, 49(3): 175-180
- 7 Steel P. The nature of procrastination: A meta-analytic and theoretical review of quintessential self-regulatory failure. *Psychological Bulletin*, 2007, 133(1): 65-94
- 8 张斌,蔡太生.大学生学业拖欠与自尊,应对方式的相关性研究.中国临床心理学杂志,2010,18(4):501-503
- 9 田芊,邓士昌.积极完美主义对拖延行为的影响:自我效能感的中介作用.中国临床心理学杂志,2011,19(2):221-224
- 10 黄真浩,白新文,林琳,等.尽责性和神经质影响拖延行为的中介机制.中国临床心理学杂志,2014,22(1):140-144
- 11 Pychyl TA, Lee JM, Thibodeau R, et al. Five days of emotion: An experience sampling study of undergraduate student procrastination. *Journal of Social Behavior and Personality*, 2001, 15(5): 239-254
- 12 Lonergan JM, Maher KJ. The relationship between job characteristics and workplace procrastination as moderated by locus of control. *Journal of Social Behavior and Personality*, 2001, 15(5): 213-224
- 13 Schouwenburg HC, Lay CH. Trait procrastination and the Big-five factors of personality. *Personality and Individual Differences*, 1995, 18(4): 481-490
- 14 van Eerde W. A meta-analytically derived nomological network of procrastination. *Personality and Individual Differences*, 2003, 35(6): 1401-1418

- 12 黄曼,史滋福,刘妹. 未成年犯自尊与攻击性的关系自我控制的中介作用. 中国临床心理学杂志, 2013, 21(4): 603-604
- 13 Jia Y, Way N, Ling G, et al. The influence of student perceptions of school climate on socioemotional and academic adjustment: A comparison of Chinese and American adolescents. *Child Development*, 2009, 80(5): 1514-1530
- 14 Tangney JP, Baumeister RF, Boone AL. High self-control predicts good adjustment, less pathology, better grades, and interpersonal success. *Journal of Personality*, 2004, 72(2): 271-324
- 15 Zung WW, Richards CB, Short MJ. Self-rating depression scale in an outpatient clinic: Further validation of the SDS. *Archives of General Psychiatry*, 1965, 13(6): 508-516
- 16 Podsakoff PM, MacKenzie SB, Lee JY, et al. Common method biases in behavioral research: A critical review of the literature and recommended remedies. *Journal of Applied Psychology*, 2003, 88(5): 879-903
- 17 温忠麟,张雷,侯杰泰,等. 中介效应检验程序及其应用. 心理学报, 2004, 36(5): 614-620
- 18 Preacher, K. J., Hayes, A. F.. Asymptotic and resampling strategies for assessing and comparing indirect effects in multiple mediator models. *Behavior Research Methods*, 2008, 40(3), 879-891
- 19 王极盛,丁新华. 中学生抑郁与其相关影响因素的综合研究. 中国学校卫生, 2003, 4: 336-338
- 20 崔丽霞,史光远,张玉静,等. 青少年抑郁综合认知模型及其性别差异. 心理学报, 2012, 11: 1501-1514
- 21 陈慧,邓慧华,钟萍,等. 青少年早期的抑郁与生活事件的交叉滞后分析. 中国临床心理学杂志, 2012, 20(1): 80-83
- 22 Angold A, Erkanli A, Silberg J, et al. Depression scale scores in 8-17-year-olds: Effects of age and gender. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 2002, 43(8): 1052-1063
- 23 鲍振宙,张卫,李董平,等. 校园氛围与青少年学业成就的关系: 一个有调节的中介模型. 心理发展与教育, 2013, 1: 61-70
- 24 Chen X, Hastings PD, Rubin KH, et al. Child-rearing attitudes and behavioral inhibition in Chinese and Canadian toddlers: a cross-cultural study. *Developmental Psychology*, 1998, 34(4): 677-693
- 25 Cassidy J, Shaver PR. *Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications*(2nd ed). New York: The Guilford Press, 2008
- 26 Deci EL, Ryan RM. *Self-Determination: Wiley Online Library*, 2010
- 27 Roeser RW, Midgley C, Urdan TC. Perceptions of the school psychological environment and early adolescents' psychological and behavioral functioning in school: The mediating role of goals and belonging. *Journal of Educational Psychology*, 1996, 88(3): 408-417

(收稿日期:2014-04-06)

(上接第859页)

- 15 Ajzen I. The theory of planned behavior. *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, 1991, 50(2): 179-211
- 16 Armitage CJ, Conner M. Efficacy of the theory of planned behaviour: A meta-analytic review. *British Journal of Social Psychology*, 2001, 40: 471-499
- 17 Mceachan RRC, Conner M, Taylor NJ, et al. Prospective prediction of health-related behaviours with the Theory of Planned Behaviour: a meta-analysis. *Health Psychology Review*, 2011, 5(2): 97-144
- 18 Gollwitzer PM, Sheeran P. Implementation intentions and goal achievement: A meta-analysis of effects and processes. *Advances in experimental social psychology*, 2006, 38: 69-119
- 19 Owens SG, Bowman CG, Dill CA. Overcoming procrastination: The effect of implementation intentions. *Journal of Applied Social Psychology*, 2008, 38(2): 366-384
- 20 Ajzen I. Constructing a theory of planned behavior questionnaire: Conceptual and methodological considerations. Department of Psychology, University of Massachusetts, 2002
- 21 Claessens BJ, van Eerde W, Rutte CG, et al. Things to do today ... : A daily diary study on task completion at work. *Applied Psychology - an International Review*, 2010, 59(2): 273-295
- 22 Senécal C, Koestner R, Vallerand RJ. Self-regulation and academic procrastination. *The Journal of Social Psychology*, 1995, 135(5): 607-619
- 23 Ackerman DS, Gross BL. My instructor made me do it: Task characteristics of procrastination. *Journal of Marketing Education*, 2005, 27(1): 5-13
- 24 Scher SJ, Ferrari JR. The recall of completed and noncompleted tasks through daily logs to measure procrastination. *Journal of Social Behavior and Personality*, 2001, 15(5): 255-265
- 25 Lay CH. At last, my research article on procrastination. *Journal of Research in Personality*, 1986, 20(4): 474-495
- 26 Preacher KJ, Zhang Z, Zyphur MJ. Alternative methods for assessing mediation in multilevel data: The advantages of multilevel SEM. *Structural Equation Modeling: A Multidisciplinary Journal*, 2011, 18(2): 161-182
- 27 Ryan RM, Deci EL. Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American Psychologist*, 2000, 55(1): 68-78

(收稿日期:2014-04-28)