

DOI:10.3969/j.issn.1000-9760.2023.03.008

# 大学生坚毅品质与学业延迟满足的关系

秦倩<sup>1</sup> 余莎<sup>1</sup> 姚智军<sup>1</sup> 曹俊<sup>2</sup>( <sup>1</sup> 上饶师范学院学生工作处, 上饶 334000; <sup>2</sup> 江西医学高等专科学校临床医学院, 上饶 334001 )

**摘要** 目的 了解大学生坚毅品质与学业延迟满足之间的关系。方法 选取 1127 名在校大学生, 采用坚毅量表和学业延迟满足量表进行集体施测。结果 男生坚毅品质得分高于女生 ( $t=4.16, P<0.05$ ), 学业延迟满足低于女生 ( $t=-2.41, P<0.05$ ), 独生子女坚毅品质及学业延迟满足均低于非独生子女 ( $t_{坚毅}=-2.10, t_{学业延迟满足}=-3.29, P<0.05$ ); 坚毅品质与学业延迟满足呈正相关关系 ( $r=0.30, P<0.05$ ), 坚毅品质对学业延迟满足具有显著正向预测作用。结论 大学生坚毅品质与学业延迟满足具有相关性, 坚毅品质能显著预测大学生学业延迟满足, 可通过培养大学生的坚毅品质, 从而提高大学生学业延迟满足的能力。

**关键词** 大学生; 坚毅品质; 学业延迟满足

中图分类号: G442 文献标识码: A 文章编号: 1000-9760(2023)06-188-04

## The relationship between grit and academic delay of gratification in college students

QIN Qian<sup>1</sup>, YU Sha<sup>1</sup>, YAO Zhijun<sup>1</sup>, CAO Jun<sup>2</sup>( <sup>1</sup> Department of Student Affairs, Shangrao Normal College, Shangrao 334000, China; <sup>2</sup> School of Clinical Medicine, Jiangxi Medical College, Shangrao 334001, China )

**Abstract: Objective** To understand the relationship between grit and academic delay of gratification in college students. **Methods** 1127 college students were selected and tested by Grit Scale and Academic Delay of Gratification. **Results** The scores of grit of males was higher than that of females ( $t=4.16, P<0.05$ ), and the scores of academic delay satisfaction of males was lower than that of females ( $t=-2.41, P<0.05$ ). The scores of grit and academic delay of gratification of the only children were lower than that of non-only children ( $t_{grit}=-2.10, t_{academic\ delay\ satisfaction}=-3.29, P<0.05$ ). There was a positive correlation between grit and academic delay satisfaction ( $r=0.30, P<0.05$ ). Grit has a significant positive predictive effect on academic delay of gratification. **Conclusion** There was a correlation between grit and academic delay of gratification of college students. Grit can significantly predict academic delayed gratification of college students. It can improve the ability of delayed gratification of college students by cultivating grit.

**Keywords:** College students; Grit; Academic delay of gratification

坚毅品质是指个体为实现长期目标而不懈努力, 且饱含热情与毅力的积极心理品质<sup>[1]</sup>, 包括两方面: 一是为长久目标付出坚持不懈的努力; 二是对目标保持一如既往的兴趣<sup>[2]</sup>。高坚毅品质的个体在实现目标时即使面临失败和困境, 也能饱含热忱地为之奋斗<sup>[3]</sup>, 坚毅品质是预测学业成功的重要因素<sup>[4]</sup>。学业延迟满足是指为追求更有价值的

长远目标而推迟即时性满足冲动的心理倾向<sup>[5]</sup>, 是在学习情境中, 面对学习任务时产生的意向与行为选择倾向, 本质上是学习者在追寻长远目标时进行自我调节的良好策略。

随着积极心理学的发展, 越来越多的学者认识到坚毅这一积极心理品质在教育中的重要性, 杜帅领等<sup>[6]</sup>研究发现, 坚毅品质与学业拖延行为对学业成就有预测作用。蒋文等<sup>[7]</sup>研究表明, 坚毅人格与学业成就间存在相关关系。以往关于坚毅品质的研究大多集中在中学生, 坚毅品质及其他具体因素对学业延迟满足的影响也有待进一步发掘。本研究探究大学生坚毅性品质与学业延迟满足的

[基金项目] 江西省教改课题 (JXJG20-45-4); 上饶师范学院校级自选课题 (JCJY202110); 2022 年度上饶市经济社会发展和人文社会科学课题 (YB19); 上饶师范学院校级自选课题 (202113)

[通信作者] 曹俊, E-mail: 1270884603@qq.com

关系,有助于理解坚毅这一积极心理品质与学业延迟满足间的相互作用,便于有针对性地对大学生坚毅性品质与学业延迟满足等积极特点进行培养,有效促进大学生个体健康发展。

## 1 对象与方法

### 1.1 对象

于 2022 年 9 月至 10 月采用方便抽样方法,以贵州两所高校在校大学生作为调查对象。本研究共发放问卷 1250 份,问卷当堂发放,当场收回,剔除规律作答、信息缺失等无效问卷后,剩余有效问卷 1127 份,有效回收率为 90%,其中男生 441 人(39.1%),女生 686 人(60.9%);汉族 658 人(58.4%),少数民族 469 人(41.6%);独生子女 346 人(30.9%),非独生子女 781 人(69.3%);农村 749 人(66.5%),城市 378 人(33.5%)。

### 1.2 方法

**1.2.1 一般情况调查表** 采用自编基本情况调查表,包括性别,民族,生源地等人口学信息。

**1.2.2 坚毅量表** 采用谢娜等<sup>[8]</sup>修订的 12 项坚毅量表,共 12 条项目,包括持久热情和不懈努力 2 个维度,量表采用 Likert 5 级计分法,被试得分越高表明其坚毅水平越高。本次调查该量表 Cronbach's  $\alpha$  系数为 0.72。

**1.2.3 学业延迟满足量表** 该量表由刘玲花<sup>[9]</sup>修订,共 10 个项目,包括课堂学业延迟满足 6 个条目,课下学业延迟满足 4 个条目,采用 Likert 4 级评分法,得分越高表明其学业延迟满足的能力越强。本次调查该量表 Cronbach's  $\alpha$  系数为 0.83。

### 1.3 统计学方法

采用 SPSS 25.0 统计软件进行统计,采用独立样本  $t$  检验进行分析,相关性采用 Pearson 相关分析,回归分析采用逐步回归分析。检验水准  $\alpha = 0.05$ 。

## 2 结果

### 2.1 共同方法偏差

为减少共同方法偏差问题,本研究合理安排题目顺序,严格控制题量,采用匿名调查,并采用 Harman 单因子检验法进行检验,结果表明,特征值大于 1 的因素共有 4 个,其中第一个公因子的方差解释比为 21.29%,小于常用临界标准 40%,因此可认为本研究不存在严重的共同方法偏差。

### 2.2 大学生坚毅品质与学业延迟满足在人口学变量上的差异

男生坚毅品质高于女生,学业延迟满足低于女生,差异具有统计学意义( $P < 0.05$ )。独生子女坚毅品质及学业延迟满足均低于非独生子女( $P < 0.05$ )。见表 1。

表 1 大学生坚毅品质与学业延迟满足比较( $\bar{x} \pm s$ )

人口学变量	n	坚毅性	学业延迟满足
性别			
男	441	3.24±0.44	2.92±0.63
女	686	3.13±0.41	3.01±0.56
$t$		4.16	-2.41
$P$		<0.001	0.016
是否独生子女			
是	346	3.13±0.42	2.88±0.60
否	781	3.19±0.40	3.01±0.50
$t$		-2.10	-3.29
$P$		0.036	0.001
生源地			
城市	378	3.18±0.42	2.97±0.60
农村	749	3.17±0.43	2.97±0.58
$t$		0.35	-0.25
$P$		0.727	0.803
民族			
汉族	658	3.18±0.41	2.97±0.59
少数民族	469	3.16±0.44	2.98±0.59
$t$		0.76	-0.27
$P$		0.450	0.785

### 2.3 大学生坚毅品质与学业延迟满足及其各维度间的相关性

坚毅品质与学业延迟满足呈正相关( $r = 0.30$ ,  $P < 0.05$ )。见表 2。

表 2 大学生坚毅品质与学业延迟满足及其各维度间的相关分析( $n = 1127$ )

变量	$\bar{x} \pm s$	1	2	3
1 持久热情	2.89±0.58	-		
2 不懈努力	3.24±0.60	-	-	
3 坚毅品质	3.06±0.41	-	-	1
4 课堂学业延迟满足	2.98±0.57	0.09*	0.26*	0.26*
5 课下学业延迟满足	3.03±0.69	0.13*	0.26*	0.30*
6 学业延迟满足	3.00±0.58	0.13*	0.28*	0.30*

注: \* $P < 0.05$ 。

### 2.4 大学生坚毅品质对学业延迟满足的多元逐步回归分析

第一层回归分析显示,性别、是否独生对大学生学业延迟满足具有显著的预测作用( $P$  值均  $< 0.05$ ),第二层回归分析显示,在控制了性别和是

否独生之后,坚毅品质对大学生学业延迟满足具有显著的正向预测作用( $P < 0.001$ ),大学生坚毅品质越明显,学业延迟满足能力也越强。见表 3。

表 3 大学生坚毅品质对学业延迟满足的回归分析

因变量及 分析步骤		学业延迟满足				
		非标准化 $\beta$	SE	标准化 $\beta$	$t$	$P$
第一层	性别	0.075	0.036	0.062	2.090	0.037
	是否独生	0.115	0.038	0.090	3.011	0.003
	$R^2$	0.013				
	$F$	7.621				
第二层	性别	0.126	0.035	0.104	3.634	<0.001
	是否独生	0.083	0.036	0.065	2.288	0.022
	坚毅性	0.436	0.040	0.313	11.004	<0.001
	$R^2$	0.107				
	$F$	45.983				

### 3 讨论

近年来,学业延迟满足成为众多研究者关注的热点话题。有学者指出,学业延迟满足强调个体自我控制与使用资源控制策略从而获得学习上的成功<sup>[10]</sup>,坚毅品质也被普遍认为能较好地预测个体成就<sup>[11-13]</sup>。因此,青年大学生坚毅品质及学业延迟满足能力的培养就显得尤为重要。

本研究结果显示,男生坚毅品质得分高于女生,张楠<sup>[14]</sup>研究也表明,在坚毅品质发展水平上存在性别差异,男生高于女生,姜慧敏<sup>[15]</sup>在中职生的调查中也得出同样结论。这可能与社会文化对男女性别角色的塑造有关,尤其在个性方面,男性常常被赋予更多地勇敢、顽强、坚毅、隐忍、独立等特征,这些个性观念在潜移默化中影响着个体的思维模式和行为方式,使得坚毅观念在男性群体中根深蒂固,社会角色预期的长期加持,就可能在某种程度上体现出男女生坚毅品质的差异。本研究中女生的学业延迟满足能力整体高于男生,前人的研究<sup>[16-17]</sup>也与本研究结果一致,说明性别对学业延迟满足能力存在一定影响,普遍表现为女生高于男生,这应该归功于女生在学习中有更强的自控能力,因此比男生具有更好的学业表现,学业延迟满足能力也更强。

此外,独生子女坚毅品质及学业延迟满足得分均低于非独生子女,可能是因为独生子女在家庭中能够享受到多方面、全方位的关心和关爱,极易出现父母与其他长辈溺爱和过度保护的情况,来自家庭担忧与保护,会导致他们缺乏独立解决问题的机

会,长期在这种环境中成长的孩子容易对外界产生依赖感,不利于培养坚毅品质,因此独立性与坚毅性较非独生子女差,并且当他们习惯了有求必应的生活,会习惯于做出即时满足的选择,这种即时满足蔓延到学业表现上,在潜移默化中会影响其学业延迟满足能力的培养。

相关分析发现,两者之间呈正相关,即坚毅品质越高的同学,在学业延迟满足水平上也越高,这与陈明炫等<sup>[18]</sup>研究结果一致。表明大学生在心理发展上相较于中学生更加趋于成熟,能够主动培养非智力特质如坚毅品质,坚毅品质作为积极稳定的人格特质,能够促进大学生在学业过程中克服困难,提高自我控制能力。高水平坚毅品质可以有效地延长学习时间,使学生在学业过程中抵制延迟物质和精神诱惑,避免娱乐行为的即时满足以及减少学业拖延行为,进而培养较强的学业延迟满足能力<sup>[19]</sup>,巩固学习成果。高坚毅品质大学生在追求成功目标时动机更强烈,面对困难能够坚持到底,愈挫愈勇,所以他们更愿意为了实现理想目标付出时间、精力及意志努力,以此去克服学习惰性,拒绝学业拖延,放弃当下即时性的满足<sup>[20]</sup>,故成就动机水平高的人学业延迟满足水平也更高。

进一步回归分析结果发现,大学生坚毅品质能够显著预测学业延迟满足能力。学生进入大学校园以后,为了更快适应新的校园生活,不断培养自主学习能力,其中也包括学业延迟满足能力,学业延迟满足作为一种重要的自我控制能力,可以帮助大学生有效使用时间管理策略和认知策略来提高学业成绩<sup>[21]</sup>。而坚毅品质高的个体为了能够提高其学业成就,一开始便会倾向于建立长期的学业目标并为其付出不懈的努力,在学习过程中也能够管理自我情绪和抵制学习目标以外的诱惑,进而表现出更高的学业延迟满足水平。因此,培养大学生坚毅品质,可以从学业延迟满足能力的提升入手,进而达到提高他们学业成就的最终目标。

利益冲突:所有作者均申明不存在利益冲突。

### 参考文献:

- [1] Duckworth AL, Peterson C, Matthews MD, et al. Grit: perseverance and passion for long-term goals[J]. J Pers Soc Psychol, 2007, 92(6): 1087-1101. DOI: 10.1037/0022-3514.92.6.1087.
- [2] 魏怡,胡军生. 坚毅性人格:概念结构、影响因素及作

- 用结果[J]. 心理技术与应用, 2017, 5(1): 52-61. DOI:10.16842/j.cnki.issn2095-5588.2017.01.007.
- [3] 张少伟, 刘玉洁, 陈玲丽. 坚毅品质研究现状述评[J]. 心理月刊, 2022, 17(14): 202-205. DOI: 10.19738/j.cnki.psy.2022.14.063.
- [4] 黎晓娜, 刘华山. 专制教养方式与青少年坚毅品质: 一个有调节的中介模型[J]. 教育研究与实验, 2021(5): 84-90.
- [5] 祖雅桐, 路海东. 学业延迟满足的影响因素和作用[J]. 东疆学刊, 2015, 32(1): 106-111.
- [6] 杜帅领, 朱艳丽. 农村中学生坚毅人格与学业成就的关系: 学业拖延的完全中介效应[J]. 心理技术与应用, 2020, 8(1): 9-16. DOI:10.16842/j.cnki.issn2095-5588.2020.01.002.
- [7] 蒋文, 蒋奖, 杜晓鹏, 等. 坚毅人格与学业成就的关系: 学习投入的中介作用[J]. 中国特殊教育, 2018, 214(4): 91-96.
- [8] 谢娜, 王臻, 赵金龙. 12 项坚毅量表(12-Item Grit Scale)的中文修订[J]. 中国健康心理学杂志, 2017, 25(6): 893-896. DOI: 10.13342/j.cnki.cjhp.2017.06.025.
- [9] 刘玲花. 大学生学业延迟满足、学业自我效能感和父母教养方式的关系研究[D]. 郑州: 河南大学, 2010.
- [10] 张澜, 安德宝, 王戈, 等. 大学生心理弹性与学业延迟满足的关系: 人格特质的中介作用[J]. 中国健康心理学杂志, 2017, 25(12): 1868-1872. DOI: 10.13342/j.cnki.cjhp.2017.12.031.
- [11] 唐铭, 刘儒德, 高钦, 等. 调节聚焦对高中生毅力水平的影响: 学业情绪的中介作用[J]. 心理与行为研究, 2016, 14(4): 479-485.
- [12] Duckworth AL, Quinn PD, Seligman MEP. Positive predictors of teacher effectiveness [J]. J Posi Psychol, 2009, 4(6): 540-547. DOI:10.1080/17439760903157232.
- [13] 王丹丹. 简式毅力问卷在中国大学生与中学生群体中的信效度检验[D]. 武汉: 武汉体育学院, 2016.
- [14] 张楠. 大学生坚毅品质的影响因素研究[D]. 南昌: 南昌大学, 2018.
- [15] 姜慧敏. 中等职业学校学生坚毅品质研究[D]. 长沙: 湖南农业大学, 2020.
- [16] 陈露露, 蒋钦, 梁莹, 等. 大学生学业延迟满足与人格的关系[J]. 中国健康心理学杂志, 2014, 22(9): 1404-1406. DOI:10.13342/j.cnki.cjhp.2014.09.049.
- [17] 魏巍, 张晨, 刘丽双. 本科护生希望与学业延迟满足关系研究[J]. 中华现代护理杂志, 2017, 23(15): 2065-2068.
- [18] 陈明炫, 曹俊, 黄列玉, 等. 医学生自我调节学习效能感在坚毅性与学业延迟满足间的中介作用[J]. 职业与健康, 2021, 37(19): 2683-2686. DOI: 10.13329/j.cnki.zyyjk.2021.0631.
- [19] 陈雯. 大学生学业拖延、自我调节学习效能感和学业延迟满足的关系研究[D]. 武汉: 湖北大学, 2014.
- [20] 孙博, 刘凤林, 张雅倩, 等. 大学生成就动机与学业延迟满足的相关性研究[J]. 产业与科技论坛, 2021, 20(6): 78-80.
- [21] 张艳华. 基于学业延迟满足的应用型高校提升实践教学效果的探析[J]. 江苏商论, 2022(8): 108-110, 113. DOI:10.13395/j.cnki.issn.1009-0061.2022.08.033.

(收稿日期 2022-12-09)

(本文编辑:甘慧敏)

## 本刊对来稿中表、图的要求

来稿中的表、图均须置于正文中,切勿单独放于文后。每幅图、表应有言简意赅的题目。统计表格一律采用“三线表”格式,不用纵线、斜线。要合理安排纵表的横标目,并将数据的含义表达清楚;若有合计或统计学处理行(如 F 值、P 值等),则在该行上面加一条分界横线;表内数据要求同一指标保留的小数位数相同。图片应清晰,不宜过大。图的宽×高为 7cm×5cm,最大宽度半栏图不超过 7.5cm,通栏图不超过 17.0cm,高与宽的比例应掌握在 5:7 左右。

(本刊编辑部)