

跨期决策中的个体差异：人格、认知能力与自控力的影响

王可极, 吴燕*

成都医学院心理学系, 四川 成都

收稿日期: 2026年3月2日; 录用日期: 2026年3月18日; 发布日期: 2026年3月31日

摘要

近年来, 对跨期决策影响因素的探讨日益成为一种新的研究趋势。跨期决策是指在不同时间点的结果之间进行权衡的决策过程, 涉及眼前利益与未来利益之间的取舍, 对个体和社会经济都有重要影响。本研究从人格、认知、自控力三个角度出发, 旨在探讨人格特质(如冲动性、自律性)、认知能力(包括智力和时间思维)以及自控力如何影响个体在即时满足与延迟奖励之间的权衡。通过文献分析与总结, 本研究将为跨期决策领域的理论发展提出新见解。此外, 对个体差异因素的理解有利于促进个体做出更合理的长期目标的决策, 对改善金融规划、健康行为、自我控制等方面具有重要的应用价值。近年来, 跨期决策领域的研究取得了阶段性进展, 但仍面临一些尚待解决的问题与挑战。本研究还将从理论、方法、研究技术等角度出发, 提出关于跨期决策未来研究方向的建议。

关键词

跨期决策, 个体差异, 人格, 认知能力, 自控力

Individual Differences in Intertemporal Choice: Effects of Personality, Cognitive Abilities, and Self-Control

Keji Wang, Yan Wu*

Department of Psychology, Chengdu Medical College, Chengdu Sichuan

Received: March 2, 2026; accepted: March 18, 2026; published: March 31, 2026

*通讯作者。

Abstract

In recent years, the exploration of factors influencing intertemporal choice has increasingly become a new research trend. Intertemporal choice refers to the decision-making process involving trade-offs between outcomes at different time points, encompassing the trade-off between immediate benefits and future benefits, which has significant implications for both individual and socio-economic outcomes. This study, from the perspectives of personality, cognition, and self-control, aims to investigate how personality traits (such as impulsivity, self-discipline), cognitive abilities (including intelligence and time perspective), and self-control influence individuals' trade-offs between immediate gratification and delayed rewards. Through literature analysis and synthesis, this study will propose new insights for theoretical development in the field of intertemporal choice. Furthermore, understanding individual difference factors is conducive to promoting individuals to make more rational decisions aligned with long-term goals, holding significant applied value for improving financial planning, health behaviors, self-control, and other aspects. In recent years, research in the domain of intertemporal choice has achieved phased progress, yet it still faces some unresolved issues and challenges. This study will also put forward suggestions for future research directions in intertemporal choice, considering perspectives such as theory, methodology, and research techniques.

Keywords

Intertemporal Choice, Individual Differences, Personality, Cognitive Abilities, Self-Control

Copyright © 2026 by author(s) and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY 4.0).

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Open Access

1. 引言

人们常常需要对发生在不同时间点(尤其是现在与未来之间)的结果进行权衡,从而做出各种判断和选择,这种决策过程被称为跨期决策(Frederick, Loewenstein, & O'Donoghue, 2002)。跨期决策需要决策者在眼前的利益得失与将来的利益得失之间做出权衡与取舍,是既关系人类个体利益又关系国计民生的重要决策(蒋元萍, 孙红月, 2019)。例如,在健康领域,人们会面临选择享受有害健康的短期愉悦行为还是选择当前不太愉悦但有益于长期健康行为的决策问题;在金融领域,人们会面临选择即刻消费的满足还是选择将部分收入储蓄到银行或投资中以获得未来财务自由的决策问题。

目前心理学领域有一些经典的模型和理论框架,用来解释个体在跨期决策中的行为。跨期决策的核心内容是延迟折扣,即个体对发生于不同时间节点的成本与收益的心理权衡做出选择时,总是倾向于赋予将来时间节点的成本与收益更小的权重(Green & Myerson, 2004)。同时,自我控制理论指出,跨期决策并非完全理性,个体的最终选择往往会受到其自控力的影响。早期学者在研究个人跨期选择时,已引入了自我控制的概念,他们认为人既是远视的计划者(hyperopia planer)又是短视的执行人(myopic doer),其间的目标分歧导致了内在冲突。一般来说,具备自我控制能力的个体会通过引导注意力的方向,来提升延期结果的感知价值,从而赋予其更高的权重(Thaler & Shefrin, 1981)。跨期决策中的自我控制(self-control)是指个体在决策中面对短期结果和长期目标的冲突时,抑制对短期结果的偏好而选择与长期目标相一致的行为(李燕, 徐富明, 史燕伟, 刘程浩, 罗寒冰, 2015)。

研究者们在进行跨期决策研究时发现个体自身的一些特质差异或者状态差异都会对决策造成影响,

不同个体在相同决策情境下可能会有截然不同的选择,这与个体的特征如人格、认知能力和自控力密切相关(王晓霞, 2023)。在人格方面,以往研究表明,内隐人格观会影响人们的动机与行为(Blackwell, Trzesniewski, & Dweck, 2007)。认知能力的差异,往往导致人们在诸多方面表现各异。在认知能力方面,一般来说,高认知能力(或者是高 IQ)的人收入更高、工作记忆容量更大、反应时间更短、也更容易受视错觉的影响(Jensen, 1998)。有研究者提出,认知能力的差异会对个体决策产生影响。已有证据表明,跨期选择中的时间折扣率与人格特质中的冲动性(Kirby et al., 1999),一般智力或认知能力密切相关(de Wit et al., 2007)。有限自控力理论指出,自我控制资源具有有限性,在面对压力事件时会被逐渐损耗,而资源的耗竭最终会造成个体在诸多方面出现适应不良(Muraven et al., 1998)。同时,有研究明确指出,自我控制资源下降的个体在跨期决策中对即时奖励的偏好更高(何贵兵, 晏祥辉, 2015)。

然而,自控力与认知能力之间的关系在核心概念的界定上仍存在模糊之处。现代自控理论普遍认为,自我控制并非独立于认知能力之外的孤立心理资源,而是严重依赖于执行功能等核心认知能力。执行功能作为一种高阶认知能力,主要包括工作记忆、抑制控制和认知灵活性等子成分,它们为自我控制提供了基础的认知支持(Roebbers, 2017)。认知资源,特别是执行功能,很可能是自控力得以有效发挥作用的认知基础。例如,个体在面对短期诱惑时,需要依赖工作记忆来保持长期目标的活跃表征,同时需要抑制控制来压制对即时奖励的冲动反应(Nigg, 2017)。

本文旨在通过相关文献,系统探讨人格、认知能力和自控力在跨期决策中的作用与机制,重点考察这些因素如何影响决策者在即时满足与延迟奖励之间的权衡,同时尝试阐明认知能力与自控力之间的内在联系,为后续研究提供更清晰的理论视角。通过对现有文献的分析,本文将为跨期决策领域的理论发展贡献新的见解,尤其是对个体差异因素的理解,丰富人格心理学、认知心理学和自控力研究与跨期决策理论相结合。同时,理解人格、认知能力和自控力如何影响跨期决策,有助于设计针对性的干预策略,促进个体做出更有利于长期目标的决策,这对改善金融规划、健康行为、自我控制等方面具有重要的应用价值。

2. 人格因素对跨期决策的影响

跨期决策这一过程受到多种因素的影响,其中人格因素在跨期决策中扮演了重要角色。人格的各个维度,如冲动性、自律性等,均会显著影响个体在跨期决策中的行为模式。

冲动性是指个体倾向于迅速做出反应,忽视延迟的后果,倾向于选择即时的奖励而非等待较大的未来回报。在跨期决策中,高冲动个体通常表现出较低的自控水平,更容易偏好即时满足而非延迟奖励。相关研究表明,高冲动性个体更容易做出“即时满足”的决策,往往忽视未来可能获得的更大回报(Dixon & De La Paz, 2014)。有研究者发现,冲动性与选择较短期的奖励密切相关,并且容易受到即时奖励的诱惑,而不考虑未来的长期效益(Dickson et al., 2016)。

自律性是指个体在面对诱惑或短期奖励时,能够坚持长期目标并抑制冲动,选择推迟即时满足以获得更大的未来奖励。自律性较高的个体通常能够在跨期决策中做出更加理性、长期有利的选择。研究表明,自律性与较长的延迟满足时间显著相关(Duckworth et al., 2005)。自律性较高的人群在跨期决策任务中表现出更强的延迟满足能力,倾向于做出更多“未来导向”的决策。

大五人格理论中的人格特质对跨期决策也具有重要影响,它们决定了个体如何平衡即时奖励与未来奖励之间的取舍。研究表明,大五人格特质(外向性、神经质、开放性、宜人性、尽责性)对跨期决策具有显著影响。尽责性高的个体往往具备更强的自控能力,更倾向于做出符合长期目标的决策,在跨期选择中更易选择延迟满足以换取未来更大回报。研究发现,尽责性与延迟满足能力之间存在显著正相关(Steel, 2018)。神经质高的个体通常较为焦虑和情绪化,容易受到短期诱惑的影响,因此在跨期决策中可能较难

坚持长期计划, 倾向于选择即时奖励(Jonason & Tost, 2019)。神经质较高的个体可能在面临跨期决策时缺乏情绪调节能力, 导致其更容易作出冲动性决策。尽管外向性和宜人性对跨期决策的影响较为复杂, 但一些研究表明, 外向性较高的个体可能更倾向于即时满足, 尤其是在社交环境中, 容易受到外部刺激的影响(Roberts & Jackson, 2016)。而宜人性较高的个体则可能更倾向于考虑他人需求和长期关系, 因此在跨期决策中更注重长期利益。

在跨期决策中, 个体的内隐人格也可能会影响他们如何处理延迟满足、如何规划未来的目标, 以及他们对于延迟奖励的态度。内隐人格观对人们的动机与行为具有重要影响, 持渐变观的个体相信个人基本特质具有可塑性和发展潜力, 因此他们更倾向于投入努力并坚持完成挑战性任务, 以促进自我提升(Blackwell, Trzesniewski, & Dweck, 2007); 持实体观的个体则对基本特质的改变与成长持怀疑态度, 因而可能回避挑战性任务, 以避免失败的风险(Cury, Da Fonseca, Zahn, & Elliot, 2008)。

人格特质通过影响个体的自控力、对即时与未来奖励的偏好、以及对个人成长和改变的信念, 从而在跨期决策中产生重要影响。人格特质对跨期决策的影响并非孤立发挥作用, 而是与个体的认知能力和自控力产生交互作用。例如, 高冲动性个体虽然在人格层面上倾向于即时满足, 但如果他们认知能力(如抑制控制能力)较高, 仍有可能通过认知资源来补偿冲动倾向, 从而做出更理性的延迟选择。认知能力或许可以作为人格特质与决策行为之间的调节变量, 缓冲冲动性人格对跨期决策的负面影响。同时, 尽责性人格对延迟满足的促进作用, 也可能会部分通过增强个体的自控力表现来实现, 而自控力的有效发挥又依赖于充足的认知资源支持。因此, 理解人格对跨期决策的影响, 需要同时考虑认知能力和自控力在其中的作用。这些人格维度和内隐人格观共同塑造了个体在面对跨期决策时的行为模式和选择。通过深入了解这些人格特质, 我们可以更好地理解个体在面对跨期决策时的动机和行为, 进而为提高决策质量提供指导。

3. 认知能力对跨期决策的影响

认知能力不同的人往往在许多方面也存在着差异。认知能力决定了个体处理信息、评估风险和预测未来后果的能力, 一定程度上也会影响个体的自控力。理解认知能力如何影响跨期决策, 对于揭示决策的心理及其背后的认知行为过程至关重要。在探讨认知能力对跨期决策的影响时, 可以进一步探讨认知能力影响决策的具体机制, 现代自控理论为这一问题提供了重要启示。研究发现, 自我控制的有效执行高度依赖于工作记忆、抑制控制等核心执行功能成分, 认知能力或许是自控力得以发挥作用的认知基础。高认知能力的个体在跨期决策中更倾向于选择延迟奖励, 不仅因为他们能够更好地理解未来结果的价值, 还因为他们具备更强的能力去维持长期目标的心理表征、抑制对即时奖励的冲动反应, 以及灵活调整策略以应对诱惑。认知能力对跨期决策的影响, 在很大程度上是通过为自控力提供认知支持来实现的。

有研究者指出, 认知能力的差异会对决策产生影响, 如已有研究表明跨期选择的时间折扣率与人格的冲动性(Kirby et al., 1999), 一般智力或认知能力存在正相关(de Wit et al., 2007)。另外, 有研究者通过对多项研究进行元分析发现, 智力与延迟折扣之间存在显著的负相关, 即高智力水平能够有效预测个体对延迟大额奖赏的偏好(Shamosh & Gray, 2008)。也有研究提出认知能力的高低并不能有效预测个体在跨期选择中的表现(Campitelli & Labollita, 2010)。

跨期决策中个体差异的另一个重要领域涉及面向未来的认知风格和能力, 即一般的时间思维或心理意象, 其定义为在不实际感知刺激的情况下形成和体验刺激的心理表征的能力。研究表明, 强调思考未来的倾向与选择更大的未来奖励而非更小的即时奖励呈正相关, 未来取向和折扣率同样与行为和人口统计变量相关, 并且彼此之间存在显著关联, 未来取向越强的个体, 时间折扣越少(Teuscher & Mitchell, 2011)。除了思维方式之外, 想象未来事件的能力也被认为是时间折扣的一个相关因素。由于情景未来思

维(即利用情景记忆预先体验未来事件) (Atance & O'Neill, 2001)表明, 通过诱导情景意象可以减少折扣 (Rung & Madden, 2018a; Scholten et al., 2019), 因此可以合理地假设, 想象倾向和能力的个体差异与时间折扣有关。

认知能力对跨期决策的影响在不同情境下表现出差异性。有研究者在不同诱发模式(选择与匹配)及时间描述方式(延迟描述与日期描述)下, 考察了收益和损失情境中认知能力对跨期决策的作用。结果发现, 在损失条件下, 低认知能力者表现出更低的耐心和更强的损失厌恶倾向, 更愿意延迟损失; 而在收益条件下, 这一趋势并未显现。具体而言, 低认知能力者更倾向于选择即时奖励(如当天获得 5 元), 而高认知能力者则相对更具耐心, 愿意为获得更大的延迟奖励而等待(夏桂梅, 2015)。

从认知负荷视角来看, 研究者探讨认知与跨期决策或框架效应关系时, 通常聚焦于行为决策的认知加工机制。有研究者指出, 认知负荷会影响个体对信息的加工深度与方式。在高认知负荷条件下, 决策者的认知资源消耗过大, 难以为决策任务分配充足资源, 从而更倾向于采用启发式进行信息加工; 而在低认知负荷条件下, 认知资源消耗较少, 个体能够更多地运用理性思维完成决策任务。有研究采用数字串记忆与复述任务成功操控了被试的认知负荷水平。还有研究者发现在远期框架下, 认知负荷对跨期决策具有显著影响: 高认知负荷组被试更倾向于风险规避, 低认知负荷组被试则更倾向于风险寻求(张博文, 2017)。

认知能力不仅决定了个体如何评估即时与未来奖励, 还涉及到如何管理冲动和诱惑, 以及如何在不确定性下做出最优选择。通过提升认知能力, 个体可能更倾向于做出理性的、未来导向的决策, 这对于个人的社会经济成功和整体福祉具有重要意义。理解认知能力如何塑造跨期决策对于设计有效的干预措施、提高决策质量和促进个体长期福祉至关重要。

4. 自控力对跨期决策的影响

自控力是一种关键的心理能力, 它使个体能够有效调控自身的行为、情绪和欲望, 从而实现了对长期目标的追求。在跨期决策的领域中, 自控力的作用尤为显著, 它影响着个体如何在即时满足与未来更大但延迟的回报之间做出选择。这种决策不仅涉及经济交易, 也渗透到我们日常生活的方方面面, 从健康饮食到财务规划, 从教育投资到职业发展。在理解自控力对跨期决策的影响时, 可以进一步探讨自控力的来源及其有效运作的推动力。研究表明, 自控力根植于个体的认知资源基础之上。执行功能, 特别是工作记忆和抑制控制, 为自我控制提供了必要的认知支持(Diamond, 2013)。当个体面对即时诱惑时, 需要依赖工作记忆来保持长期目标的活跃表征, 同时调用抑制控制来压制冲动反应, 这一认知过程是自控力发挥作用的核心机制。因此, 自控力的损耗, 本质上可能反映了认知资源的暂时性耗竭, 即当认知资源被前期任务大量消耗后, 个体难以为后续的自控任务分配足够的认知支持, 从而更容易屈从于即时诱惑。

有研究者从消费者群体出发, 在一项味觉感受对消费者跨期选择的影响研究中, 研究者发现特质性自控力得分会影响跨期选择, 相比高自控力, 低自控力被试更倾向于及时享乐, 从而偏好“近而小”选项, 特质性自控力在味觉感受与跨期选择偏好关系中起调节作用, 高自控力被试的跨期决策折现率不受味觉感受影响, 而低自控力被试受其影响较大(张全成, 赖天豪, 孙洪杰, 2020)。

另有研究直接考察了不同自控特质个体在跨期选择中的表现(索涛, 李红, 2012; Diekhof et al., 2012; McLeish & Oxoby, 2007), 结果发现, 相较于低自控特质者, 高自控特质者在跨期选择中更倾向于选择延迟的更大奖赏。这一差异可归因于自控资源的差异: 高特质自控个体由于本身拥有充足的自控资源, 对部分资源的损耗并不敏感; 而低特质自控个体则因自控资源匮乏, 对资源损耗更为敏感, 因而更容易表现出自我损耗的后效(Friese & Holfmann, 2009; Schmeichel & Zell, 2007; Tangney et al., 2018)。

此外, 研究者发现自控损耗会显著影响个体的跨期选择。自控损耗会降低个体对时间的知觉准确性,

使其陷入一种“延长现在时”(extended now)的状态,进而在后续的自我控制任务中更容易放弃(Vohs & Schmeichel, 2003)。最近,有研究者发现高自我损耗个体在跨期选择中的延迟折扣程度显著高于低自我损耗个体(窦凯, 聂衍刚, 王玉洁, 黎建斌, 沈汪兵, 2014)。同时,另有研究者发现无论是自然状态下自控资源水平较低的个体,还是通过认知任务或想法控制任务人为损耗自控资源的个体,都比其对照组更倾向于选择即时收益(何贵兵, 晏祥辉, 2015)。

个体的自控特质在很大程度上决定了其在跨期选择中的行为倾向,而特定情境下的暂时性外部因素对个体的影响程度存在差异,这进一步印证了人格特质(自控特质)在跨期选择中的关键作用。具有较强自控力的个体往往能够超越短期利益的诱惑,选择那些虽然延迟但更具价值的长期选项,从而在跨期决策中展现出更高的理性水平和前瞻性。因此,深入理解自控力对跨期决策的影响机制,对于促进个体做出合理决策具有重要的理论和实践意义。

5. 跨期决策的干预与应用

不确定性是跨期决策的固有属性,因为决策结果发生在未来。个体对长期选项的不确定性感知可分为两类:其一为结果不确定性,涉及未来结果能否实现、影响程度及其自我效用等问题(Loomes et al., 2009);其二为时间不确定性,关乎未来结果何时实现(McGuire & Kable, 2013)。这些感知直接影响着跨期决策的认知过程与选择倾向。在绿色行为研究领域,三种代表性干预范式——社会规范、信息披露和个人未来取向——其原理均与降低不确定性感知相关。以社会规范为例,研究发现同伴群体行为能有效引导个体在不确定环境中的选择。这类似于网购情境中,买家评价和社群推荐能够降低消费者对商品的不确定性感知,进而促进购买决策(范志国, 郭靖丽, 2014)。因此,针对不同类型的不确定性进行差异化干预,是助推绿色行为的有效路径。

从特殊人群的角度出发,有研究者采用金钱延迟折扣任务和跨类别延迟折扣任务考察了未来情景想象对海洛因戒断者跨期决策的影响。实验结果显示,经过未来情景想象干预后,海洛因戒断者在金钱跨期决策中的延迟折扣率与对照组持平,表明该干预对戒断者的跨期决策缺陷具有适用性。值得注意的是,未来情景想象对海洛因戒断者金钱跨期决策的干预效果优于对照组,提示这种干预对那些存在“短视”倾向(即重眼前轻长远)或未来时间洞察力较低的个体具有更好的改善效果。在更具生态效度的跨类别任务中,未来情景想象同样显著降低了戒断者的延迟折扣率,使其更倾向于选择延迟金钱奖赏而非即时海洛因。该研究进一步证实,未来情景想象不仅能改善成瘾者的抽象决策缺陷,对其现实生活中的具体跨期选择也具有积极作用(杨玲等, 2021)。

健康领域的跨期决策本质上是在短期代价与长期健康收益之间的权衡选择(Chapman, 1996; Ortendahl & Fries, 2005)。健康跨期偏好不仅受决策属性和选项特征的影响,还具有显著的个体差异性。已有研究主要考察了个体的健康状况、社会经济地位、人格特质、时间取向等因素对健康跨期偏好的作用。针对健康跨期决策的干预可从两个层面展开:在个体层面,可通过降低时间折扣率或增强未来时间取向来改善健康行为(Rung & Madden, 2018b; Rung et al., 2019),例如通过定期教育与活动,增强个体对体育活动长期效益的认识,从而促进其参与体育锻炼(Hall & Fong, 2003)。在医疗卫生政策层面,大量研究证据表明,现行政策中采用固定时间折扣率的做法可能过于简化。未来研究应对不同人群、不同医疗情境下的健康跨期决策进行分类细化,将适宜的时间折扣率应用于不同群体或疾病患者,从而为医疗卫生政策的制定提供科学依据。

6. 总结与未来研究方向

本文综述了跨期决策中的个体差异,特别关注了人格、认知能力和自控力对决策行为的影响。通过

文献分析, 我们可以看到这些因素在个体如何权衡即时满足与延迟奖励之间的选择中扮演着关键角色。个体的人格特质, 如冲动性、自律性以及大五人格理论中的特质, 显著影响跨期决策。尽责性高的个体倾向于选择延迟满足, 而神经质高的个体则更可能选择即时奖励。认知能力的差异影响个体对即时与未来奖励的评估, 以及管理冲动和诱惑的能力。高认知能力的个体更可能做出理性的、未来导向的决策。自控力是影响跨期决策的关键心理能力, 它决定了个体如何在即时满足与未来更大但延迟的回报之间做出选择。高自控力的个体更倾向于选择长期利益。同时, 这三者之间存在一定的内在联系, 认知能力为自控力提供必要的认知资源支持, 而人格特质对决策的影响需要通过认知能力与自控力的中介或调节作用来实现, 这种整合视角有助于更全面地理解跨期决策中的个体差异。

目前跨期决策研究取得了一定的进展, 但仍存在一些不足和局限性。跨期决策研究的理论体系尚不完善, 现有研究主要集中在跨期决策的定量分析和实证研究, 而对于跨期决策的理论研究相对较少。这导致了跨期决策研究的理论框架不够完整, 难以为实际应用提供有力的理论支持。尽管现有的理论框架和研究模型为跨期决策分析提供了坚实的基础, 但随着现实情境的不断演变和复杂化, 需要持续对理论模型进行完善与创新。特别是应聚焦于跨文化差异和个体差异在跨期决策中的影响, 构建更具包容性和解释力的理论模型。

跨期决策研究的方法论仍有待提高, 现有研究主要采用计量经济学方法进行实证分析, 如面板数据模型、时间序列模型等。这些方法在一定程度上可以解释跨期决策现象, 但在处理非线性关系、模型选择和参数估计等方面仍存在的问题。跨期决策研究中的风险管理投资组合优化等方面的研究相对较少, 这使得跨期决策研究的应用范围受到一定限制。另外, 还可以利用神经科学方法, 如功能性磁共振成像(fMRI), ERP 等研究跨期决策过程中大脑活动的模式, 以及人格、认知能力和自控力如何影响这些模式。

跨期决策研究的数据来源和样本选择方面存在一定的局限性, 现有研究往往依赖于有限的样本数据, 这可能导致研究结果的推广性和可靠性受到影响。由于跨期决策涉及多个领域和行业, 因此在数据收集过程中可能面临信息不对称、数据缺失等问题, 这也对跨期决策研究造成了一定的困扰。未来的研究可结合现实世界中的决策场景, 进一步揭示跨期决策的内在机制和影响因素。比如在健康行为培养、医疗保险投资、教育领域、金融储蓄、养老投资等实际应用方面进行积极的尝试及探索, 将研究结果及启示运用于个体的实际生活中, 培养个体的未来视角, 降低时间折扣率, 培养更积极且具有可持续性的决策模式。

基于前文对人格、认知能力与自控力在跨期决策中作用的阐述, 未来研究也可聚焦于以下几个方面的具体问题与可检验假设。第一, 内隐人格观的调节作用。研究表明, 持渐变观的个体更倾向于投入努力应对挑战, 而自我损耗会显著影响个体的跨期选择。未来研究可检验内隐人格观通过影响个体对自我损耗的信念, 调节冲动性人格对跨期决策的负面影响。持渐变观的个体可能将自我损耗视为可克服的暂时状态, 从而在高冲动性下仍能调动认知资源抵御即时诱惑; 而持实体观的个体则可能将自我损耗视为能力的局限, 从而在冲动性人格与即时偏好之间起到强化作用。此方向的研究可将人格、元认知与自控力结合起来, 深化对个体差异的理解。第二, 认知能力与自控力的交互作用机制。基于对自控力依赖于执行功能等认知资源的研究, 未来研究可探索在自我损耗状态下, 高认知能力(工作记忆容量)是否能够缓冲损耗对跨期决策的不利影响? 进一步检验工作记忆容量较高的个体在经历自我损耗任务后, 其延迟折扣率的上升幅度显著低于工作记忆容量较低的个体的假设。这一假设可通过双任务范式(损耗任务 + 跨期决策任务)结合认知能力测量进行验证, 有助于揭示认知资源如何作为自控力的缓冲区发挥作用。第三, 干预策略的个体差异适配性。前人研究表明未来情景想象可有效改善成瘾者的“短视”倾向。未来研究可进一步讨论未来情景想象的干预效果是否因个体的人格特质或认知风格而异? 例如, 时间洞察力较低

或尽责性较低的个体, 从未来情景想象干预中获益可能更大, 因为干预补偿了其天然缺乏的未来导向思维。此类研究有助于推动跨期决策走向个性化精准干预, 提升其在健康行为、金融规划等领域的实际应用价值。

通过对这些领域的进一步研究, 我们可以更全面地理解跨期决策中的个体差异, 更深入地理解跨期决策的心理机制, 并为提高个体和社会的决策质量提供科学依据。

致 谢

回首研究生生涯, 深感学术探索犹如一场跨期决策——需要在即时的困惑与延迟的理解之间耐心等待。

感谢我的导师吴燕副教授。从选题构思到框架打磨, 您始终鼓励我, 帮助我在纷繁的文献中厘清概念、找到方向。

感谢心理学院的诸位老师, 是你们的授课与指导, 让我对心理学研究有了更系统的理解。感谢挚友们在文献讨论、思路碰撞中给予的启发与支持。

最后, 感谢家人的默默陪伴与包容, 你们的理解让我学会了更好地自我调节。

学术之路漫漫, 愿自己始终保持对心理学的热忱, 在未来研究中做出更有价值的探索。

参考文献

- 窦凯, 聂衍刚, 王玉洁, 黎建斌, 沈汪兵(2014). 自我损耗促进冲动决策: 来自行为和 ERPs 的证据. *心理学报*, 46(10), 1564-1579.
- 范志国, 郭靖丽(2014). 虚拟品牌社群体验对消费者购买意愿影响的实证研究——基于感知不确定性的中介效应. *工业技术经济*, 33(11), 29-37.
- 何贵兵, 晏祥辉(2015). 自我控制资源水平及其变化对跨期选择的影响. *心理科学*, 38(6), 1445-1451.
- 蒋元萍, 孙红月(2019). 情绪对跨期决策的影响. *心理科学进展*, 27(9), 1622-1630.
- 李燕, 徐富明, 史燕伟, 刘程浩, 罗寒冰(2015). 跨期决策中自我控制的形成机制. *中国临床心理学杂志*, 23(2), 231-235.
- 索涛, 李红(2012). *个体人格特质对跨期决策的影响及其神经基础*. 博士学位论文, 重庆: 西南大学.
- 王晓霞(2023). 跨期决策行为研究综述. *心理学进展*, 13(12), 5579-5586.
- 夏桂梅(2015). *认知能力对跨期决策的影响*. 硕士学位论文, 杭州: 浙江理工大学.
- 杨玲, 杨晓惠, 张莉媛, 李赟, 曹华, 张建勋(2021). 未来情景想象对海洛因戒断者跨期决策的影响. *心理与行为研究*, 19(4), 535-541.
- 张博文(2017). *跨期决策的框架效应研究*. 硕士学位论文, 成都: 四川师范大学.
- 张全成, 赖天豪, 孙洪杰(2020). 甜蜜的选择: 味觉感受对消费者跨期选择的影响研究. *营销科学学报*, 14(z1), 97-114.
- Atance, C. M., & O'Neill, D. K. (2001). Episodic Future Thinking. *Trends in Cognitive Sciences*, 5, 533-539. [https://doi.org/10.1016/s1364-6613\(00\)01804-0](https://doi.org/10.1016/s1364-6613(00)01804-0)
- Blackwell, L. S., Trzesniewski, K. H., & Dweck, C. S. (2007). Implicit Theories of Intelligence Predict Achievement across an Adolescent Transition: A Longitudinal Study and an Intervention. *Child Development*, 78, 246-263. <https://doi.org/10.1111/j.1467-8624.2007.00995.x>
- Campitelli, G., & Labollita, M. (2010). Correlations of Cognitive Reflection with Judgments and Choices. *Judgment and Decision Making*, 5, 182-191. <https://doi.org/10.1017/s1930297500001066>
- Chapman, G. B. (1996). Temporal Discounting and Utility for Health and Money. *Journal of Experimental Psychology: Learning, Memory, and Cognition*, 22, 771-791. <https://doi.org/10.1037//0278-7393.22.3.771>
- Cury, F., Da Fonseca, D., Zahn, I., & Elliot, A. (2008). Implicit Theories and IQ Test Performance: A Sequential Mediation Analysis. *Journal of Experimental Social Psychology*, 44, 783-791. <https://doi.org/10.1016/j.jesp.2007.07.003>
- de Wit, H., Flory, J. D., Acheson, A., McCloskey, M., & Manuck, S. B. (2007). IQ and Nonplanning Impulsivity Are Independently Associated with Delay Discounting in Middle-Aged Adults. *Personality and Individual Differences*, 42, 111-121. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2006.06.026>

- Diamond, A. (2013). Executive Functions. *Annual Review of Psychology*, *64*, 135-168. <https://doi.org/10.1146/annurev-psych-113011-143750>
- Dickson, J., Cook, J., & Ainsworth, P. (2016). Impulsivity and Decision-Making: The Impact of Trait Impulsivity on Delayed Gratification. *Personality and Individual Differences*, *101*, 153-159.
- Diekhof, E. K., Nerenberg, L., Falkai, P., Dechent, P., Baudewig, J., & Gruber, O. (2012). Impulsive Personality and the Ability to Resist Immediate Reward: An fMRI Study Examining Interindividual Differences in the Neural Mechanisms Underlying Self-Control. *Human Brain Mapping*, *33*, 2768-2784. <https://doi.org/10.1002/hbm.21398>
- Dixon, M., & De La Paz, M. (2014). The Role of Impulsivity in Decision-Making: An Experimental Approach. *Journal of Behavioral Decision Making*, *27*, 48-63.
- Duckworth, A. L., & Seligman, M. E. P. (2005). Self-Discipline Outdoes IQ in Predicting Academic Performance of Adolescents. *Psychological Science*, *16*, 939-944. <https://doi.org/10.1111/j.1467-9280.2005.01641.x>
- Frederick, S., Loewenstein, G., & O'donoghue, T. (2002). Time Discounting and Time Preference: A Critical Review. *Journal of Economic Literature*, *40*, 351-401. <https://doi.org/10.1257/jel.40.2.351>
- Friese, M., & Hofmann, W. (2009). Control Me or I Will Control You: Impulses, Trait Self-Control, and the Guidance of Behavior. *Journal of Research in Personality*, *43*, 795-805. <https://doi.org/10.1016/j.jrp.2009.07.004>
- Green, L., & Myerson, J. (2004). A Discounting Framework for Choice with Delayed and Probabilistic Rewards. *Psychological Bulletin*, *130*, 769-792. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.130.5.769>
- Hall, P. A., & Fong, G. T. (2003). The Effects of a Brief Time Perspective Intervention for Increasing Physical Activity among Young Adults. *Psychology & Health*, *18*, 685-706. <https://doi.org/10.1080/0887044031000110447>
- Jensen, A. R. (1998). *The Factor*. Prager.
- Jonason, P. K., & Tost, J. (2019). The Role of Personality Traits in Impulsive Decision-Making and Delayed Gratification. *Personality and Social Psychology Bulletin*, *45*, 497-507.
- Kirby, K. N., Petry, N. M., & Bickel, W. K. (1999). Heroin Addicts Have Higher Discount Rates for Delayed Rewards than Non-Drug-Using Controls. *Journal of Experimental Psychology: General*, *128*, 78-87. <https://doi.org/10.1037/0096-3445.128.1.78>
- Loomes, G., Orr, S., & Sugden, R. (2009). Taste Uncertainty and Status Quo Effects in Consumer Choice. *Journal of Risk and Uncertainty*, *39*, 113-135. <https://doi.org/10.1007/s11166-009-9076-y>
- McGuire, J. T., & Kable, J. W. (2013). Rational Temporal Predictions Can Underlie Apparent Failures to Delay Gratification. *Psychological Review*, *120*, 395-410. <https://doi.org/10.1037/a0031910>
- McLeish, K. N., & Oxoby, R. J. (2007). Measuring Impatience: Elicited Discount Rates and the Barratt Impulsiveness Scale. *Personality and Individual Differences*, *43*, 553-565. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2007.01.002>
- Muraven, M., Tice, D. M., & Baumeister, R. F. (1998). Self-Control as a Limited Resource: Regulatory Depletion Patterns. *Journal of Personality and Social Psychology*, *74*, 774-789. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.74.3.774>
- Nigg, J. T. (2017). Annual Research Review: On the Relations among Self-Regulation, Self-Control, Executive Functioning, Effortful Control, Cognitive Control, Impulsivity, Risk-taking, and Inhibition for Developmental Psychopathology. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, *58*, 361-383. <https://doi.org/10.1111/jcpp.12675>
- Ortendahl, M., & Fries, J. F. (2005). Framing Health Messages Based on Anomalies in Time Preference. *Medical Science Monitor*, *11*, RA253.
- Roberts, B. W., & Jackson, D. N. (2016). The Influence of Extraversion on Decision-Making in Socially Oriented Tasks. *Journal of Personality and Social Psychology*, *110*, 472-483.
- Roebers, C. M. (2017). Executive Function and Metacognition: Towards a Unifying Framework of Cognitive Self-Regulation. *Developmental Review*, *45*, 31-51. <https://doi.org/10.1016/j.dr.2017.04.001>
- Rung, J. M., & Madden, G. J. (2018a). Demand Characteristics in Episodic Future Thinking: Delay Discounting and Healthy Eating. *Experimental and Clinical Psychopharmacology*, *26*, 77-84. <https://doi.org/10.1037/pha0000171>
- Rung, J. M., & Madden, G. J. (2018b). Experimental Reductions of Delay Discounting and Impulsive Choice: A Systematic Review and Meta-Analysis. *Journal of Experimental Psychology: General*, *147*, 1349-1381. <https://doi.org/10.1037/xge0000462>
- Rung, J. M., Peck, S., Hinnenkamp, J. E., Preston, E., & Madden, G. J. (2019). Changing Delay Discounting and Impulsive Choice: Implications for Addictions, Prevention, and Human Health. *Perspectives on Behavior Science*, *42*, 397-417. <https://doi.org/10.1007/s40614-019-00200-7>
- Schmeichel, B. J., & Zell, A. (2007). Trait Self-Control Predicts Performance on Behavioral Tests of Self-Control. *Journal of Personality*, *75*, 743-756. <https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.2007.00455.x>
- Scholten, H., Scheres, A., de Water, E., Graf, U., Granic, I., & Luijten, M. (2019). Behavioral Trainings and Manipulations to

-
- Reduce Delay Discounting: A Systematic Review. *Psychonomic Bulletin & Review*, 26, 1803-1849. <https://doi.org/10.3758/s13423-019-01629-2>
- Shamosh, N. A., & Gray, J. R. (2008). Delay Discounting and Intelligence: A Meta-Analysis. *Intelligence*, 36, 289-305. <https://doi.org/10.1016/j.intell.2007.09.004>
- Steel, P. (2018). The Influence of Conscientiousness on Goal Setting and Self-Regulation in Cross-Temporal Decision-Making. *Journal of Personality*, 86, 237-247.
- Tangney, J. P., Boone, A. L., & Baumeister, R. F. (2018). High Self-Control Predicts Good Adjustment, Less Pathology, Better Grades, and Interpersonal Success. In *Self-Regulation and Self-Control* (pp. 173-212). Routledge. <https://doi.org/10.4324/9781315175775-5>
- Teuscher, U., & Mitchell, S. H. (2011). Relation between Time Perspective and Delay Discounting: A Literature Review. *The Psychological Record*, 61, 613-632. <https://doi.org/10.1007/BF03395780>
- Thaler, R. H., & Shefrin, H. M. (1981). An Economic Theory of Self-Control. *Journal of Political Economy*, 89, 392-406. <https://doi.org/10.1086/260971>
- Vohs, K. D., & Schmeichel, B. J. (2003). Self-Regulation and Extended Now: Controlling the Self Alters the Subjective Experience of Time. *Journal of Personality and Social Psychology*, 85, 217-230. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.85.2.217>