研究揭示非计划冲动性与拖延之间的共享神经遗传基础

作者：writer 来源：中国科学院

本文原地址：https://www.iikx.com/news/progress/42221.html

本文仅供学习交流之用，版权归原作者所有，请勿用于商业用途！

研究揭示非计划冲动性与拖延之间的共享
神经遗传基础

。你是否有过这样的经历，明知截止时间越来越近，却忍不住频繁刷手机、告诉自己“明天再说”？这种情况被称为拖延。一直以来，拖延被贴上懒惰、自律不足或意志力薄弱的标签，但这种看似影响学习工作以及身心健康的行为，为什么普遍存在且在进化过程中被保留下来？

近日，中国科学院心理研究所等团队证实，拖延与冲动这两种看似相反的行为，存在部分共同的生物学基础。

有理论认为，拖延其实是非计划冲动性（无预案的即时冲动）的进化副产物。在远古时代，人类在野外生存，必须对眼前的机遇或危险做出快速反应。这种即时反应的本能有助于更好地生存。而现代社会的学习和工作，大多要求人们提前做好长期规划、延迟满足并持续执行目标。当偏好即时奖赏的本能遇到需要长期投入的环境时，拖延行为便容易产生。但这一假说一直缺乏系统性的研究证据。

团队对双生子开展8年追踪观测。结果发现，个体在青少年晚期的非计划冲动性能够预测成年后的拖延行为倾向。该结论在两组独立样本中得到重复验证。排除测量学相似性造成的干扰后，二者的关联性依旧稳固。

分析显示，非计划冲动性存在中等遗传倾向，拖延的遗传倾向较高，且二者存在中等水平的遗传相关。整合既往研究数据后，这种遗传关联仍然稳健。研究还发现，拖延本身存在独特的遗传影响因素。因此，拖延不能被视作冲动性的完全副产物，个人经历、生活环境及具体任务情境，同样会对拖延行为产生重要作用。

为探寻这两种特质背后共同的神经机制，团队整合既往脑影像研究，锁定关键脑区——左侧背外侧前额叶。该脑区负责参与计划制定、目标维持以及意志控制。研究发现，这一脑区皮层厚度的发育存在个体差异，能够在一定程度上解释非计划冲动性与拖延的共同遗传差异。

团队进一步在分子层面分析人脑基因表达数据。结果发现，左侧背外侧前额叶相关基因与已知调控冲动性的相关基因并不相同，但这些基因会参与到相同的生理通路中，共同调控生物活动、细胞行为、跨突触信息传递以及G蛋白偶联受体信号等。这一发现为理解非计划冲动性与拖延为何在同一脑区存在关联提供了分子层面的线索。

该研究从行为表现、遗传基础、脑影像和基因表达等尺度，揭示了非计划冲动性与拖延之间的联系，为探究拖延的生物学成因提供了新证据。研究提示，拖延并非只是“不够努力”或“意志力薄弱”，还与个体在长期规划、目标维持、抑制即时诱惑及权衡长远收益等方面的神经生物学差异相关。

论文链接

研究团队单位：心理研究所

更多 科学进展 请访问 https://www.iikx.com/news/progress/

本文版权归原作者所有，请勿用于商业用途，爱科学iikx.com转发