

# 高中生情绪智力与英语成绩的相关性研究

叶纯敏 步晓燕

(吉林外国语大学, 吉林 长春 130000)

摘要: 经过对 291 名高中生的情绪智力进行问卷调查以及访谈, 本项研究发现, 高中生的情绪智力水平普遍处于中等偏上程度; 情绪智力水平与高中生的英语成绩之间存在着显著的正相关。可见, 情绪智力对高中生的英语成绩有一定的影响。

关键词: 高中生; 情绪智力; 英语成绩

## 一、引言

《普通高中英语课程标准》(2017 年版 2020 年修订) 明确提到, 在教学中, 教师应当重视对于学生的情感策略的培育。若学生对英语学习持有一种积极主动的心态, 持续地提高自信, 并对学习英语充满热情, 主动投入各类语言学习与实践的活动中, 同时展现出协同学习的精神, 并且愿意分享他们所拥有的学习资源, 那么英语学习的乐趣会更大。这也表明, 英语学习不单单依赖于智商水平, 还需要对英语的学习热情、主动性及社交意识的培养和提升。Daniel Goleman 在其著作《情绪智力》一书中明确表示: “人类的自我意识、自我约束、毅力和全情投入等能力对一个人一生的影响在大多数时间内都要比智商更为重要”。因此, 要有效地掌握英语, 学生也应该具备良好的情绪智力能力。本研究深入了解了高中生情绪智力与英语成绩之间的关系, 期望对高中英语教学提供一定的帮助。

## 二、情绪智力的发展

情绪智力理论融合了情绪 (emotion) 和智力 (intelligence) 两个重要研究领域的观点, 其概念源自 Thorndike (1920) 提出的社会智力观念和 Gardner (1983) 提出的多元智力理论。Mayer 和 Salovey (1990) 在学术研究中首次基于相关理念, 引入了情感智力这一全新的概念。

具有一定代表性的三大情绪智力理论模型包括以 J.D.Mayer 和 P.Salovey 为代表的情绪智力理论的能力模型; 以及以 Goleman 为代表的情绪智力理论结构模型和以 Bar-On 为代表的情绪智力结构模型, 这三大模型都是值得关注的。随后, Petrides 等人将上述三家之言整合一体, 编制《特质情绪智力问卷》(TEIQue)。根据 TEI 理论, 人们对自己情感能力的认知存在显著的个体差异。有些人非常自信, 他们可以理解和调节自己的感受, 而另一些人则感到不知所措。随着时间的推移, 这些感知通常是稳定的, 并且对情绪、行为、成就和行动有直接的影响 (Petrides, Furnham & Mavroveli, 2007)。因此, 作者在本文中采用了 TEI 的理论。

Salovey 和 Mayer 发现对情绪智力的有效测量可以成为预测个

人成功的依据。此研究成果为情绪智力和学业成绩的关系探究拉开了序幕。国内有研究发现情绪智力和二语学习之间存在关系, 但基于情绪智力对学业成绩的重要作用的相关研究在学龄层面全面性尚有不足的情势, 更多是涉及初中生以及大学生。众所周知, 高中生即将面临高考这一重大考验。基于这一考量, 教师应当以新课标为依据对高中生的学业情绪调节能力给予更多重视, 以期对学业成绩起提升作用。

## 三、研究对象与研究工具

### (一) 研究对象

本研究的对象是来自吉林省长春市某高中高二年级的 291 名学生。

### (二) 研究工具

本研究的工具为问卷调查和访谈, 采取 Petrides 编制的《特质情绪智力问卷》(TEIQue), 量表共分为四个维度: 情绪性、自控力、社交性以及幸福感。计分统计采用 Likert 七级量表进行计分, “1” 表示完全不同意, “7” 表示完全同意, 得分越高, 表明学生的情绪智力越高。

## 四、情绪智力与高中生英语成绩的关系

### (一) 高中生情绪智力总体情况

首先, 笔者对研究对象的情绪智力以及其各维度的得分进行描述性统计分析, 得到的结果如表 1 所示

表 1 情绪智力及其各维度的得分

| 描述统计 |     |      |      |        |         |
|------|-----|------|------|--------|---------|
|      | N   | 最小值  | 最大值  | 均值     | 标准偏差    |
| 情绪性  | 291 | 2.00 | 7.00 | 4.2178 | .70748  |
| 自控力  | 291 | 2.00 | 7.00 | 4.4233 | .76528  |
| 社交性  | 291 | 2.00 | 7.00 | 4.4135 | .78276  |
| 幸福感  | 291 | 1.00 | 7.00 | 3.9462 | 1.06609 |
| 情绪智力 | 291 | 3.00 | 7.00 | 4.3852 | .59657  |

从表 1 可知, 全体受试学生情绪智力总分均值为 4.3852, 表明高中生的情绪智力属于中等偏上程度。学者马苡晴 (2022) 在高中生特质情绪智力、外语焦虑和英语学习成绩的研究中也发现

高中生情绪智力处于中等程度,与笔者的研究结果相同。在情绪智力的四个维度中,可以看出各维度的均值从高到低为:自控力 4.4233> 社交性 4.4135> 情绪性 4.2178> 幸福感 3.9462。这说明高中生能够感知自己和他人的情绪,并且能够较好地调控自己的情绪,但由于处于面对高考阶段,压力过大,幸福感并不高。

## (二) 高中生情绪智力与英语成绩的相关性

接着,笔者对研究对象的情绪智力与英语成绩的相关性以及情绪智力各维度与英语成绩的相关性进行了分析,得到的结果如表 2 所示:

表 2 高中生情绪智力与英语成绩的相关性

|          |      | 相关性    |        |        |        |        |
|----------|------|--------|--------|--------|--------|--------|
|          |      | 英语成绩   | 幸福感    | 情绪性    | 自控力    | 社交性    |
| 皮尔逊相关性   | 英语成绩 | 1      | .087   | .191** | .210** | .164** |
|          | 幸福感  | .087   | 1      | .579** | .544** | .534** |
|          | 情绪性  | .191** | .579** | 1      | .579** | .560** |
|          | 自控力  | .210** | .544** | .579** | 1      | .597** |
|          | 社交性  | .164** | .534*  | .560** | .597** | 1      |
| Sig (双尾) | 英语成绩 |        | .139   | .001   | .000   | .005   |
|          | 幸福感  | .139   |        | .000   | .000   | .000   |
|          | 情绪性  | .001   | .000   |        | .000   | .000   |
|          | 自控力  | .000   | .000   | .000   |        | .000   |
|          | 社交性  | .005   | .000   | .000   | .000   |        |

从表 2 可以看出,情绪智力与高中生英语成绩呈正相关,表明情绪意识及情绪调节能力越好的高中生对英语学习越充满自信,在考试中能够表现得越好。这与以往学者的研究结果是吻合的。学者李成陈(2020)在其情绪智力与英语学业成绩的关系探究中的研究结果相同。此外,这与以往研究结果(Shao et al., 2013; Li, 2019)也相吻合。同时,也可以看出情绪智力各维度与英语成绩的关系。除了幸福感维度与英语成绩不呈显著性正相关以外,其他三个维度,即情绪性、自控力以及社交性均与英语成绩呈显著性正相关,为了进一步探究其原因,笔者随机采访了 6 位英语成绩分别处于高中低层次的高中生。

从对学生们的采访中可以看出,学生们在英语学习中遇到困难都能感觉到压力,也会感到不安与烦躁,但成绩好的学生能够较好地调整自己的情绪,坚定不移地朝着自己定下的目标努力。例如学生 A 指出:当我在英语学习中遇到困难时,我会想办法克服它。比如,做完英语试卷阅读题之后,如果因为单词不认识导致理解有误,得分率不高,我会查词典,并尝试去翻译句子,同时将生词记在笔记本上,每天早读坚持背诵,日积月累,英语成绩也有了一定的提升。

高考即将来临时,学生们也能感受到班上紧张的学习氛围,学生之间也会互相诉苦,但可以看出成绩好的学生会选择互相鼓

励对方,而不是陷入恶性竞争,面对成绩一般的同学的求助,也会给予帮助,无论是情绪安慰还是解题帮助都能够施以援手。但也有不太善于调节情绪且成绩处于下游的学生向周围同学传递较多的负面情绪,让受影响的同学对高考产生担忧,例如学生 C 指出:现在都有月考,感觉压力很大,每次成绩一下来,一些考得不好的同学会抱怨成绩一直提不上去,然后不断担心高考。我自身的英语成绩也一般,有的时候不想去接受太多负能量的东西,但难免也会对未来产生忧虑。

在幸福感方面,可以看出有的学生无论在英语学习中产生的幸福感高或者低,都会选择采取各种方法提高成绩。例如学生 E 指出:高一那会儿的英语课还比较轻松,到了高二学习任务越来越重,幸福感没那么高了,但为了成绩还是得努力学。在高考的压力下,学生们对分数的提升十分重视。但是,显然,学生还是更倾向于在能够让自己产生较高幸福感的氛围中进行英语学习,能够在一定程度上减少对英语学习的排斥。

综上,情绪智力较高的学生能够在平时的英语学习中监控和管理自己的情绪,形成较好的学习积极性和自主性,明确自身的学习目标。同时,情绪智力较高的学生也能感知他人的情绪,理解对方并给予帮助,不断提高自身能力从而帮助他人解决问题。基于本研究结果,笔者认为,为了培养学生的情绪智力,首先,教师可以采用有利于学生进行互动的教学方法,如合作学习法、任务型教学法等,让学生在互动中分享学习资源,取长补短,共同进步。第二,教师在教学中要多鼓励学生,帮助学生正向归因,正确处理负面情绪,提升学生学习英语的自信心。最后,学校可以积极开展心理讲座,提高学生对自身情绪的重视,从而帮助提高学生的情绪智力。

## 五、结语

情绪智力对人们的学习有一定的影响,在学习过程中,学生不仅需要认知智力,也需要情绪智力。在英语学习过程中,学生的调整自我能力、学习的主动性、同伴关系、自信心和自主性都是英语学习成功的关键要素。因此,在日常教学活动中,学校应当重视学生的情感健康,实施行之有效的培养学生的情感智力。

## 参考文献:

- [1] 李成陈. 情绪智力与英语学业成绩的关系探究——愉悦、焦虑及倦怠的多重中介作用[J]. 外语界, 2020(01): 69-78.

项目名称: 吉林外国语大学 2023 年度学生科研项目, 高中生情绪智力与英语成绩的相关性研究 JWXSKY2023A072.