

积极心理学视角下外语教师学习者学习情绪及学习求助交互影响研究

初宏宇¹ 刘晓敏²

(1. 滨州医学院, 山东 烟台 264003;

2. 烟台职业学院, 山东 烟台 264003)

摘要: 本研究从积极心理学视角出发, 采用质性案例研究方法, 对处于职业发展瓶颈期的资深外语教师学习者的学习情绪及学业求助交互影响进行研究。研究发现: 教师学习者经历了丰富的情绪动态变化, 包括正向高唤醒情绪、负性高唤醒、中性中唤醒、正性低唤醒、负性低唤醒等; 这些情绪体验作为刺激源驱使教师学习者进行求助, 其中正式求助为主, 网络资源检索求助为辅; 主要采取工具性求助策略, 求助对后续的教师学习又产生一定的正向情绪。

关键词: 积极心理学; 学习情绪; 学习求助; 交互影响

随着教师专业发展与在职教师继续教育的广泛开展, 教师的学习行为成为一项重要研究课题(刘学慧, 2006)。教师在学习提升过程中不可避免地会经历多种情绪体验, 有正向情绪(如愉悦), 也有负向情绪(如焦虑)(初宏宇, 刘晓敏, 2020)。这些情绪会成为教师学习者学习情绪动态变化的诱因进而影响其学习效果, 因而迫切需要得到有效调节。无论是学生学习者的学习行为还是教师学习者的学习行为, 其中的一项关键自我调节因素即为学习求助。目前学习情绪或学习求助研究主要关注的是学生学习者, 有关外语教师学习者的学习情绪和学习求助互动影响研究极为少见(李成陈, 2018; 胡尚君, 2019)。基于此, 本研究从积极心理学研究视角出发, 直面当下教师学习行为中的学习情绪和学习求助, 采用质性案例研究方法, 对处于职业发展瓶颈期的高校外语教师学习者的学习情绪、学业求助以及二者之间的互动影响进行研究, 以助力教师学习和教师专业发展。

一、文献综述

(一) 积极心理学视角下的二语/外语情绪研究

积极心理学从以往的关注缺陷转向关注积极因素, 其关注的三个核心是: 主观积极体验、个体积极特征和集体积极环境, 旨在提升幸福感, 促进心理健康和成功(MacIntyre, 2016; 江桂英, 李成陈, 2017)。积极心理学视角下的二语/外语情绪研究大多聚焦学生学习者的愉悦和焦虑情绪, 研究方法有大型问卷调查、干预性研究方法、定量研究、定性研究以及混合研究。

Dewaele (2014, 2018) 发现外语愉悦和外语课堂焦虑受到文化背景和年龄的影响, 并呈微弱负相关。韩晔、许悦婷(2020)以书面纠正性反馈为例, 采用个案研究方法对二语写作学习的情绪体验及情绪调节策略进行研究, 研究表明: 积极心理学理论的运用有益于二语写作学习中学生的身心健康和学习效果。

(二) 学习情绪

如同学生学习者的学习一样, 教师学习者的学习也会产生“学业情绪”。为了有别于学生学习者的“学业情绪”, 本研究采用“学习情绪”这一概念, 是指教师学习者经历的各种与学习活动相关的情绪体验。学习情绪不仅影响学习者的学习效果, 而且影响其身心健康, 甚至影响其一生的幸福感(马惠霞, 2008)。

Pekrun 及其合作者提出学习情绪概念框架(Pekrun 2000, 2006; Pekrun et al. 2007)。Pekrun & Linnenbrink-Garcia (2012) 将学习情绪定义为学习情境下唤醒的情绪, 并从效价(情绪的正负性)、活跃度(情绪的唤醒程度)、指向目标(唤醒情绪的具体对象)三个维度对其进行划分(见表1)。例如, 教师学习者投入学习活动时的喜悦或愉悦属于正性高唤醒学习活动情绪; 教师在学习过程中对某个软件的安装或使用感到无助或失望, 则属于负性低唤醒前瞻性学习结果情绪。

目前针对学生学习者从教育心理学角度展开的学习成就情绪研究成果最为丰富(韩晔, 许悦婷, 2020), 但基于积极心理学视角展开的外语教师学习情绪研究却非常匮乏(徐锦芬, 2021), 对处于职业发展瓶颈期的外语资深教师学习者情感经历的研究更是少之又少。李成陈(2020)考察了1307名高中生的情绪智力与英语学业成绩的关系。徐锦芬(2020)研究表明年轻教师面临着低自我效能感、焦虑和困惑的情感体验。鲜有研究关注处于职业发展瓶颈期外语资深教师学习者的情感经历。

(三) 学习求助

学习求助是指学习者在学习过程中遇到困难向他人请求帮助的行为(李晓东, 1999; 皇甫倩, 2014)。国内学者李晓东将学习求助分为三类: 工具性求助, 指个体通过向帮助者询问信息, 从而达到解决问题的目的, 是有利于学习者学习效果提升的有效调控策略; 执行性求助, 指学习者遇到问题直接向他人询问答案, 或直接要求他人代替完成任务; 回避求助, 指学习者需要帮助但不去主动请求他人帮忙。借助他人力量达到自己解决问题或实现目标的工具性求助被认为是学习过程中非常重要的自我调控能力。

国内外学习求助研究主要聚焦于求助的对象与方式、求助行为发生的影响因素以及求助对学习或认知的影响作用等方面, 且针对学生学习者展开。遗憾的是, 有关在职教师学习者学习求助的研究比较少。国内学者王广新分析了网络学习环境中学习者学习求助的三种途径、学习求助模型以及影响因素。台湾学者蔡金中分析了求助对象与求助方式, 包括直接向明确的教师或同伴进行的正式求助方式; 向主题学习论坛或回答网站进行的非正式求助; 以及自己独立通过搜索引擎或电子学习资源库进行的网络资源检索。周小兰(2020)研究表明评估情境可作为外在干预手段, 实现抑制不良学业求助与促进良性学业求助的双重目的。胡尚君(2019)基于问卷调查对高校教师在线学习求助特征进行了分析。

综上所述, 本研究拟基于积极心理学视角, 对处于职业发展瓶颈期的外语教师学习者进行叙事研究, 关注其学习情绪、学习求助策略, 探讨学习情绪与学习求助的交互影响, 并尝试回答以下三个研究问题: (1) 教师学习者学习过程中经历了怎样的学习情绪体验? (2) 这些学习情绪体验是否作为刺激源驱使教师学习者选择不同的求助策略? 若是, 使用了哪些自我调控策略? (3) 学习求助是否反作用于学习者后续的学习情绪?

二、研究设计

(一) 研究对象

本研究基于便利性原则,选取一位处于职业发展瓶颈期的地方本科院校大学英语教师,年龄 51 岁,教龄 28 年,职称副教授。该教师于疫情期间参加由某大学博士生导师于 2020 年 3 月组建的网络虚拟学术共同体,即在专业研究者或导师的统一协调和引导下,以培养创新性思维、批判性思维、学习能力、沟通能力、协作能力和社会责任为宗旨,以提升共同体成员的学术素养、信息素养、科研素养等为共同愿景,由不同地域、不同水平、不同年龄和不同职业生涯阶段的教师以及在读硕士或博士、访问学者或培训机构人员等按照自愿原则组建的可持续发展的网络虚拟学术

共同体(初宏宇,2020)。该共同体自创建以来,师生之间以及同伴之间建立了良好的互动关系,活跃度极高。

(二) 数据收集及分析

本研究收集的数据由四部分组成:该教师进入网络虚拟学术共同体近一年以来的书面反思日志和总结;教师学习者与同伴、导师之间的相互邮件往来数据;在线培训和自我提高过程中的书面感想与体会以及学习笔记等共计约 10 万字。

数据分析采用质性内容分析法。研究者将上述四部分内容依次录入并建立个人档案,反复阅读数据,使用学习情绪分类框架(见表 1)、学习求助类型、学习求助对象和方式对相关质性材料进行编码聚类分析。

表 1 学习情绪分类框架(Pekrun & Linnenbrink-Garcia 2012)

效价	正性情绪		带来正面主观感受的情绪,如愉悦、兴奋、满足
	负性情绪		带来负面主观感受的情绪,如焦虑、悲伤、羞愧、愤怒
活跃度	高唤醒情绪		提高生理紧张、活跃程度的情绪,如焦虑、愤怒、兴奋
	低唤醒情绪		降低生理紧张、活跃程度的情绪,如无聊、漠然
指向目标	学习成就情绪	学习活动情绪	投入学习活动时唤醒的情绪,如愉悦、松弛、无聊
		前瞻性学习结果情绪	未来预期学习结果唤醒的情绪,如焦虑、希望、无望
		回顾性学习结果情绪	过去学习结果唤醒的情绪,如快乐、满足、羞愧、悲伤
	认知情绪		投入学习活动认知过程时唤醒的情绪,如好奇、惊讶、沮丧
	社交情绪		社交及人际关系唤醒的情绪,如感激、嫉妒、鄙夷
	话题情绪		学习内容话题唤醒的情绪,如对小说主人公的同情和共情

三、研究结果

(一) 教师学习者学习情绪体验

从表 2 可以看出,教师学习者经历了多样的情绪动态变化,共有 12 种具体的学习情绪。从学习情绪的效价与活跃度来看,正向高唤醒情绪较多,负性高唤醒、中性中唤醒、正性低唤醒、负

性低唤醒均有出现。与 Pekrun & Linnenbrink-Garcia (2012) 学习情绪分类框架下的情绪类别相比,本研究的情绪更为丰富。这一点与韩晔,许悦婷(2020)的研究结果极其相似,即 WCF 唤醒了 16 种学业情绪。

表 2 教师学习者学习情绪、示例及求助策略

分类	具体学习情绪	示例+求助对象与方式+求助类型
学习活动情绪	崩溃(负性高唤醒)	那本书的阅读也没跟进,有种小崩溃的感觉,泪奔……
	喜悦(正性高唤醒)	跟汪老师又请教了一次,顺利下载完毕,有股子韧劲,给自己点赞(同伴求助,工具性求助);感谢顾老师的耐心解答。听完老师的解读,心里顿时亮堂了许多!(导师求助,工具性求助)
前瞻性学习结果情绪	平静(中性中唤醒)	不会下载外文,要上知乎上查(但最终没有付诸行动)(回避求助)
	自信(正性高唤醒)	自信满满,尽管不知前路如何,但相信付出总会有或多或少的收获
回顾性学习结果情绪	担忧(中性中唤醒)	怕自己学术素养太低……
	失望(负性低唤醒)	看导师讲座视频回放,越看越觉得自己学术方面差距越大(网络资源求助,工具性求助)
	无望(负性低唤醒)	进入职业生涯的倦怠期,感觉无望
	积极(正性高唤醒)	积极尝试新技术,心里并不像以前那样打怵技术活了

认知情绪	惊讶、恐惧 (负性高唤醒)	同伴给我们做了示范,感觉自己眼前一亮,以前怎么没想到采用这些方法(同伴求助,工具性求助);对复杂的软件安装(Endnote)及使用充满恐惧情绪,先暂时放一放吧(回避求助)
	兴奋、愉悦(正性高唤醒)	看了网上的视频介绍后,发觉自己竟然能看懂数据了,有点小窃喜(网络资源检索)
社交情绪	感激以及敬意(正性高唤醒)	与学术共同体中的 sheng 对话,感谢他提供的免费资源以助力学术阅读。得知他年龄较大,心里不由得升起一股敬意(同伴求助,工具性求助)
话题情绪	同情(正性低唤醒)	与麦子微信交流,得知她的学习得不到老公的理解与支持

(二) 教师学习者学习求助

学习过程中采用了两种求助方式:正式求助和网络资源检索,其中以向导师或同伴进行的正式求助为主,网络资源检索求助为辅。主要采取工具性求助策略,偶尔采用回避求助策略,主要原因在于学校会提供相应的技术支持。与胡尚君(2019)的结论基本一致,即正式求助更受欢迎;被试工具性求助的倾向明显高于其他两种类型。

这些求助策略会对后续的学习产生一定的正性影响。例如:崩溃(负性高唤醒)情绪之后,教师学习者这样写道:“那本书的阅读也没跟进,有种小崩溃的感觉,泪奔……,但转念一想,还得向胡瑜老师学习,一个三孩妈妈能利用早起或晚睡时间进行学习,我也可以的。”学习者产生了正性情绪“充满信心”以鼓励自己。“当得知许多年轻教师已读博或有读博的念头,这大大触动了我的神经。无奈,自己上有老下有小,时间、精力、经济上都不允许我去国外读博,但我可以通过虚拟学术共同体提升自己的学术素养,只要努力,会有所收获的”。在这段描述中,学习者经历了从负性情绪“无奈”到正性情绪的积极转向。由此可以得出结论,该教师尽管处于职业发展瓶颈期,但依然保持着良好的学习态度和学习动机,这一点与熊无昧(2017)的观点相似,即积极的学习情绪能正向促进学习动机的提高。

(三) 学习情绪的其他影响因素

该教师学习者处于职业发展瓶颈期且处于更年期,身体机能渐入退化,且出现肝郁气滞等问题,因此寻求专业推拿师进行调理,并与推拿师进行积极沟通交流,有助于情绪的调控。教师学习者在日志中写道:“自我感觉原先的腰痛也慢慢地消失了;肚子软了许多,并且不是那么凉,甚至有点温度;指甲颜色有点红润;脾气不那么急,心态平和了许多”。“身体调整期间,心态平和,能以积极进取的心态应对各种压力和挑战。”

四、结论和讨论

积极心理学视角下教师学习者经历了丰富的情绪动态变化,包括正向高唤醒、负性高唤醒、中性中唤醒、正性低唤醒、负性低唤醒等情绪。这些情绪体验作为刺激源驱使教师学习者选择向导师或同伴进行正式求助,与此同时这些求助策略会对后续的教师学习产生一定正向影响,即积极心理学视角下外语教师学习者学习情绪及学习求助会产生一定的交互影响。

本研究的不足之处是,个案研究样本较小,研究结果尚需更多的实证研究进一步验证。但本研究具有以下两方面的价值:

第一,学业情绪与学习求助的交叉互动研究丰富了积极心理学的研究内容;

第二,关注教师学习者的心理因素,关注教师专业发展的生命价值,从生命哲学的视角延伸了教师专业发展的新视域,提升了教师职业幸福感。

此外,重视专业推拿对处于职业发展瓶颈期和更年期的资深女教师的情绪调控作用;呼吁给予处于职业发展瓶颈期和更年期的资深女教师以理解与宽容,使其以愉悦的心态投入到教育教学中去。

参考文献:

[1] Pekrun R. A social-cognitive, control-value theory of achievement emotions [A]. In Heckhausen J (ed.) .Motivational Psychology of Human Development: Developing Motivation and Motivating Development [C]. Amsterdam: Elsevier Science, 2000.143 — 163.

[2] Pekrun R. The control-value theory of achievement emotions: Assumptions, corollaries, and implications for educational research and practice [J]. Educational Psychology Review, 2006, 18 (4): 315 — 341.

[3] 董艳等. 远程学习者学业求助策略研究 [J]. 现代远程教育研究, 2011 (02): 40-44+58.

[4] 马惠霞. 大学生一般学业情绪问卷的编制 [J]. 中国临床心理学杂志, 2008 (06): 594-596+593.

[5] 韩晔, 许悦婷. 积极心理学视角下二语写作学习的情绪体验及情绪调节策略研究——以书面纠正性反馈为例 [J]. 外语界, 2020 (01): 50-59.

[6] 邱婉宁, 刘宏刚. 《积极心理学视角下的外语学习与教学》评介 [J]. 现代外语, 2017 (05): 725-728.

[7] 江桂英, 李成陈. 积极心理学视角下的二语习得研究述评与展望 [J]. 外语界, 2017 (05): 32-39.

[8] 初宏宇, 刘晓敏. 虚拟学术共同体对外语教师科研情感的影响研究 [J]. 高等教育前沿, 2020 (09).

[9] 周小兰, 左宁. 大学英语评估情境对学业求助的交互影响研究 [J]. 外语与外语教学, 2020 (01): 61—70+148.

[10] 李晓东. 略论学业求助的意义 [J]. 教育评论, 1998 (2): 38-40.

项目基金:《泛在学习理念下视障生大学英语教学模式构建及有效性研究》(课题编号:20SKNY01)的阶段性研究成果。

更正声明:

2020年第9期《虚拟学术共同体对外语教师科研情感的影响研究》中的关键词更改为:虚拟学术共同体,科研情感,正向情感,负向情感。特此声明!