

后疫情时代广西农村初中生英语学习焦虑与自我调节策略相关性调查研究

覃文婷

(广西师范大学外国语学院, 广西 桂林 541004)

摘要: 外语学习焦虑是学习者由于要用到外语而产生的害怕的心理。本研究以广西北部城市柳州、桂林以及南部城市钦州、北海、防城港农村地区的 255 名初中生为调查对象。通过问卷和访谈, 了解其返校后的英语学习焦虑情况和使用自我调节策略的情况。结果表明: (1) 广西农村地区初中生英语学习焦虑总体达到中等程度, 桂南地区焦虑程度高于桂北地区; (2) 广西农村初中生存在中等频率的英语焦虑自我调节策略使用情况; (3) 英语学习焦虑与自我调节策略并无显著相关性。研究结果为改进农村初中英语教学条件、改善初中英语学习氛围提供一定启示。

关键词: 后疫情时代; 农村初中生; 英语学习焦虑; 自我调节策略

外语学习焦虑是学习者由于要用到外语而产生的害怕心理。Horwitz 设计了专门的《外语课堂焦虑量表 (FLCAS)》, 该表在学界沿用多年, 已成为测量外语学习焦虑的权威量表之一。自我调节策略指学习者在学习的过程中, 如何有意识地、系统地监测、评估, 调节自己的思维、情绪等, 以达到其目标的心理活动 (吴增强, 2011)。研究表明自我调节策略与学习焦虑具有成正相关 (方巧真 2016; 焦超红 2017; 段爱爱 2018)

为响应教育部“停课不停学”的号召, 从 2020 年 2 月开始, 广西各地初中开启网课模式。但在广西农村地区尤其是偏远地区的学生因为网络原因, 无法正常观看网课视频, 缺乏与老师学生之间的互动交流, 这影响了学生对知识点的理解, 听课质量下降。届时进入后疫情时代返校上课时, 一些学生无法快速调整好状态, 集中精力学习, 给目前的学习带来焦虑, 降低学习效率。

本研究以广西北部 and 南部具有代表性的农村初中学生为调查对象, 调查了解其返校后的英语学习焦虑情况和使用自我调节英语学习焦虑策略的情况, 以期改进农村初中英语教学条件、改善初中英语学习氛围提供建议与策略, 提高农村英语教学质量。

一、研究设计

(一) 调查对象

本次研究选取了广西北部城市柳州、桂林以及南部城市钦州、北海、防城港的农村地区初中生为调查对象。这些城市的经济发展情况、教育条件和历史文化底蕴各有不同, 可以反映现阶段广西教育发展的特点。本次调查发放问卷一 255 份, 回收 255 份, 其中有效问卷 255 份。发放问卷二 255 份, 回收 163 份, 其中有效问卷 163 份。

(二) 研究内容

本研究旨在了解广西农村初中学生返校后的英语学习焦虑情况和使用自我调节英语学习焦虑策略的情况, 并通过数据分析了解二者之间是否存在相关性, 以期改进农村初中英语教学条件、改善初中英语学习氛围提供建议与策略, 提高农村英语教学质量。通过分析问卷数据, 回答以下三个问题:

1. 后疫情时代广西农村初中生英语学习焦虑情况如何?
2. 后疫情时代广西农村初中生英语自我调节情况如何?
3. 后疫情时代广西农村初中生英语学习焦虑与自我调节策略是否存在相关性?

(三) 研究工具

本次研究通过发放问卷并深入学生群体内部进行数据采集, 本次调查制定了两份问卷:

第一份问卷前部分主要了解学生基本情况, 所在地区和年级等, 后部分涉及学生考试、交际、教师评价以及在线课堂的焦虑情况, 问卷共 21 道单选题, 设置分值, 分数越高则代表学生焦虑情况越高。

第二份问卷前部分类似于问卷一, 主要是学生所在地区、年级段等情况, 后半部分设置了学生焦虑自我情绪调节策略调查, 问题设置有如何有效提升、如何解决问题等内容。问卷二设置了 22 道单选题, 学生可根据选项进行选择以避免问题过多引起学生的倦怠情绪。

两份问卷设计采用了五级量表, “5”表示肯定程度最高, “1”表示肯定程度最低, 以此类推, 中间是一个连续体。“1”表示完全不同意, “2”表示基本不同意, “3”表示不确定, “4”表示基本同意, “5”表示完全同意。

二、调查结果与分析

(一) 后疫情时代广西农村初中生英语学习焦虑情况

问卷回收后, 用 SPSS 25 对有效问卷的数据进行频次统计 (统计结果保留两位小数) 和独立样本 T 检验。由统计分析得出均值为 3.02, 反映后疫情时代广西农村地区初中生英语学习焦虑总体处于中度水平。

桂北、桂南农村地区初中生英语学习焦虑情况具有明显差异, 体现在数值上为各个维度的 sig (2-tailed) 值均小于 0.05。差距最大的是在线课焦虑, 桂北平均值为 16.53 而桂南为 19.03, 可见后者焦虑程度更高。其次是交际焦虑, 桂北为 16.89, 桂南为 19.04。接着是交际焦虑, 桂北为 17.80, 桂南为 19.70。差距最小

的是考试焦虑,分别为桂北 8.28,桂南 9.66。

由此可知,桂北学生各项维度的平均值均低于桂南学生,后者焦虑程度更高。结合问卷调查以及当地教育教学情况实践可知柳州、桂林作为外语教育相对发达的地区,当地初中生的英语基础较好,能够比较顺利的完成课堂活动。而南部沿海地区的学生受条件影响,在学习英语方面更觉压力。

(二)后疫情时代广西农村初中生英语焦虑自我调节策略使用情况

经过数据分析可知,依据李克特五级量表划分标准,问卷均值为 3.15,处于 2.5 至 3.4 范围内,表明后疫情时代广西农村初中生存在中等频率的英语焦虑自我调节策略的使用情况。

随后,笔者将桂北、桂南地区进行比较得出以下结果。自我效能提升策略维度 Sig.(双尾)值为 0.13,转移注意力策略维度 Sig.(双尾)值为 0.69,二者均大于 0.05,故桂北、桂南地区农村初中生在使用这两种策略上并没有显著差异。

在应用策略方面,桂北和桂南的平均值相差不大,其中自我效能提升平均值(桂北 3.93;桂南 3.71)和转移注意力平均值(桂北 3.39;桂南 3.35)偏高,说明学生们更倾向于通过这两种方式调节英语学习过程中产生的焦虑情绪。相反学生们使用逃避问题策略与解决问题策的意愿相对较低,具体表现为两者的平均值较低,前者平均值为桂北 2.21、桂南 2.67,后者为桂北 3.29、桂南 2.73。

按照地区分类进行分析,桂北桂南学生在这两种策略的使用上存在显著差异,数据上显示为这两个维度的 Sig.(双尾)都小于 0.05,其中桂北学生逃避问题维度均值处于低频率阶段。

(三)后疫情时代广西农村初中生英语学习焦虑与自我调节策略的相关性分析

为了解后疫情时代广西农村初中生英语学习焦虑与自我调节策略之间的关系,笔者将两组数据进行皮尔逊相关性分析,得出各维度 Sig.(双尾)值均大于 0.05(自我效能提升策略 0.135;逃避问题策略 0.36;解决问题策略 0.241;注意力策略 0.344)这说明自我调节策略与学生返校后产生的英语学习焦虑情绪并没有显著的关系。

学生对英语学习的焦虑更多的来源于对他国的语言缺乏基础与认知,因此学习起来比较吃力。外加农村初中外语教育缺乏对外语学习策略的关注,日常教学缺少使用学习策略缓解学习压力、提高学习效率的训练和要求,故大部分学生难以养成主动运用学习策略消除消极情绪的习惯。

三、教学启示

(一)努力平衡不同地区外语教育资源,提高农村地区外语教育质量。

由以上分析可知,桂北与桂南地区农村初中生在英语学习焦虑和自我调节策略使用情况上存在显著差异。桂北焦虑程度低于桂南学生,这种情况和教育资源、教育环境有这一定关系。桂北

的教育条件、教育氛围相对优于桂南。桂北地区经济程度较发达,当地对教育事业投入力度较大,基础教育设施更加完善,同时桂林和柳州的名校名师较多,其对农村学校的影响作用更强。

另外,经济问题也是不可忽略的重要因素。地方财政收入直接影响着当地中学的教学质量。没有强有力的资金支持,不用说配置电脑、音响、投影仪等先进的教学设施,甚至教师工资都难以按时发放。

身处于这种环境中,教师的职业倦怠感影响着教学质量,教师更多的关注于自身的工资与未来事业发展状况,在实际教学中也只是更多的关注学生的成绩与自身教学质量考评,基本上不能照顾学生的学习情绪,从而导致学生英语学习焦虑感愈来愈强。工欲善其事,必先利其器。

在后疫情时代,想要促进当地外语教育事业稳步进入正轨,首先应保证教师基本生活的可持续,解决拖欠工资问题。教师自身的合法权益得到维护在实践教学中去更多后顾之忧,教师便能以积极而正面的情绪对待工作,将工作重心转移到学生自身的综合发展上。

其次,政府教育机关、部门可向学校提供多媒体设备,以优化当地外语学习环境。另外,政府可为农村教师牵线搭桥,鼓励他们通过各种方式学习新知识、新方法,通过教研交流改善原有教学方式的不足之处,尝试课堂中的教育实践改革。市里的示范性中学可通过与农村中学与形成帮扶组合,传授先进科学的教学经验,完成教育事业的精准脱贫。优秀的师资力量、完善的教学设备、良好的培训机会是一个地区形成良好外语教学氛围、实现当地教育良性发展的主要手段。

(二)培养学生积极的自我概念,增强学生的自我效能感

学生的英语自我概念受到他人对自身语言水平和语言技能的评价所影响,并且周围环境也带来一定的影响。积极的自我概念有助于增强自我效能感,从而降低焦虑,提高自信心。教师应做到因材施教,使用不同的方法培养学生积极的自我概念;及时强化学生的自信心,鼓励对自身英语学习产生消极自我概念的学生;培养学生自我反思的能力,学会正确的自我评价产生积极自我概念,提高英语学习效率。

(三)创造良好的英语课堂氛围,注重调节策略训练。

英语作为一门人文学科,良好课堂氛围的营造可使教学效率提高,达到事半功倍的效果。教师应做到情感上的公私分明,即教学之中,不将日常生活中的消极情绪带到课堂,而是经常微笑,从内心焕发出的正能量影响学生。

特别是在后疫情时代,因全球突发性公共卫生事件而带来的阴影在一段时间内难以消除。在学校这种相对封闭的环境中,让学生拥有安全感,教师使所发挥的积极影响作用就显得尤为重要。

课堂学习最容易产生英语学习焦虑,因为学生害怕错误的回答会引发教师负面评价和同学们鄙夷或同情的眼神。特别是正处

于青春期的初中生,具有自尊心强、自卑感强、易产生逆反心理等特点。这就要求教师尽量营造温馨和谐的课堂氛围,培养学生对自身对于错误答案的正确态度,积极引导學生正视错误、学会思考。所谓失败是成功之母,试错后顿悟也不失为一种学习方法。教师可通过丰富课堂活动形式、补充课外英语知识增加趣味性,以激发学生的学习积极性。

另外,调查中发现,不论是桂北还是桂南的农村学生,大部分人更愿意使用逃避策略和转移注意策略应对英语学习焦虑,缺乏直面困难的勇气和解决困难的毅力与魄力。

教师有必要注重学习策略的传授和训练,特别是使用积极应对策略的能力培养。可以利用班会开展英语学习策略专题讲解、在家长会中介绍英语学习策略和相应的方法,提高学生和家长对使用学习策略的重视程度。让学生明白,暂时的逃避不是真正的解决方法,积极主动、迎难而上才是治本之法。

最后,老师在教学过程中也不能忽略了基础差的学生。因为疫情的缘故,大部分学校长时间采用线上授课的方式维持正常教学秩序,缺少了教师的直接监督,和实时督导,相当一部分基础不佳的农村初中生产生消极的学习情绪,愈加讨厌英语学习。

后疫情时代,教师应该重点关注这些同学的情绪和学习情况,适时采取必要措施。对于学习水平中等的学生,经过一段时间相对松懈的学习后,难以快速找回在校学习的状态,这就需要教师更多的鼓励和帮助。

(四) 培养学生团队互助精神,学会合作学习。

合作学习指学生以完成共同的任务为目的,实行责任分工的互助性学习。合作学习鼓励将集体利益和个人利益结合,共同促进工作的顺利进展,让学生在过程中实现自己的理想目标。

合作学习理论兴起于20世纪70年代初的美国,合作学习是促进知识习得、推动学习者投入课堂的有效方式(Swain et al.2002)。农村地区尤其是偏远地区的初中生,相当一部分为留守家庭子女,受成长环境的影响他们更易自卑,不擅交际,更容易丧失学习英语的兴趣。

通过建立合作学习小组让学生们互相帮助,在后疫情时代投入到合作学习中不仅能培养他们的人际交往能力,使之在日后具备处理学习与生活中可能遇到的困境和难题之能力,并且培养了他们的团队合作意识。

在协作解决困难的过程中,通过寻求帮助、向组员讲解知识、共同查找资料等团队活动培养了团队感情,这种感情既包含着纯真的同窗情,也蕴藏着同甘共苦的队友情。

后疫情时代,教师在课堂可将不同英语水平的同学组成一个共同练习小组,明确分工和责任,记录每个成员的学习进步程度,以此作为考评标准,促进不同水平的学生共同进步。如此既减少同伴竞争压力、缓解英语学习焦虑,又能增加同学之间的沟通交流,增强班级凝聚力。

(五) 避免过分期望带来的负面影响,关注青少年心理健康。

笔者通过对调查对象的深入访谈,获悉父母、老师给予的过分期望是农村初中生英语学习焦虑的主要来源之一。疫情期间离开了熟悉的传统教学环境,师生们使用网络平台进行教学活动,需要一定的适应期,部分学生返校后就出现了成绩波动,引起了家长和老师的注意。但他们关注的焦点主要停留在考试成绩上,对学生情绪、学生的心理需求等兴趣寥寥。

学生脱离了一段时间的集体课堂学习生活难免会出现情绪波动,因此,在后疫情时代社会、学校、家庭应更关心农村地区初中生的情绪问题。可考虑通过开展有效的情绪智力培训来增强学生的情绪管理能力,缓解其英语学习过程中产生的负面情绪,不仅提高了个体学习幸福感,也利于学业发展。

四、结语

本研究调查了后疫情时代广西农村初中生英语学习焦虑情况与自我调节策略使用情况,探讨了两者之间的关系。研究表明后疫情时代广西农村地区初中生英语学习焦虑总体达到中等程度,桂南地区学生焦虑程度高于桂北地区。在自我调节策略方面,广西学生更倾向于使用自我效能提升策略和转移注意力策略来缓解焦虑。数据分析显示,后疫情时代学生们的英语学习焦虑与自我调节策略并无显著相关性。这些研究结果对于发展农村英语教学具有一定启示,人们可以通过努力平衡不同地区外语教育资源;创造良好的课堂氛围,关注调节策略训练,培养学生团队互助精神、合作学习能力;关注青少年心理健康,避免过分期望带来的负面影响等措施提高农村地区外语教育质量,改善当地教育环境。

参考文献:

- [1] 吴增强. 学习心理辅导 [M]. 上海: 上海教育出版社, 2011.
- [2] 徐锦芬, 寇金南. 大学生英语学习焦虑自我调节策略研究 [J]. 外语学刊, 2015 (02): 102-107.
- [3] 方巧真. 高中生英语学习焦虑与自我调节策略研究 [D]. 闽南师范大学, 2016.
- [4] 焦超红. 高中生外语学习焦虑与自我调节策略的研究 [D]. 闽南师范大学, 2017.
- [5] 段爱爱. 高中生英语学习焦虑与自我调节策略相关性研究 [D]. 延安大学, 2018.
- [6] Swain, M., L. Brooks & A. Tocalli-Beller. 2002. Peer-peer dialogue as a means of second language learning. *Annual Review of Applied Linguistics* (22): 171-185.
- [7] 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.
- [8] 王才康. 外语焦虑量表 (FLCAS) 在大学生中的测试报告 [J]. 心理科学, 2003 (02): 281-284.
- [9] 王初明. 中国学生英语学习自我概念研究 [M]. 上海: 上海外语教育出版社, 2008.