

# 在线学习视角下高校英语教师自我效能感的研究

郭 峰

江苏科技大学苏州理工学院, 中国·江苏 苏州 215600

**【摘 要】**随着时代的发展与技术的进步,当前的高校教育事业对国家社会的重要程度不言而喻。高校教师的自我效能感作为教师主观能动性层面上的重要动力,是激发教师教学投入,提高业务水平的重要推动力。而在线学习是高校英语教师提高个人素质水平,提升教学质量的重要手段和方式。本文将从教师的心理和自我认知角度分析影响高校英语教师自我效能感的因素,并且提出有效提高教师在线学习效率与质量的建议,对提高高校英语教师自我效能感给出具体的建议。

**【关键词】**在线学习; 高校教学; 自我效能感

**【基金课题】**本文系 2020 年度“江苏省社科应用研究精品工程”外语类课题《“互联网+”高校英语教师在线学习理论和实践研究》(项目编号 20SWC-03) 结题论文。

自我效能感一词最早是由美国心理教育学家班度拉(Bandura)提出的,是指人们对自身能否利用所拥有的技能去完成某项工作的自信程度。教师的自我效能感是在此基础上发展而来,指的是教师在教学过程中能够对自己的教学水平与教学能力有较为客观中肯的认识。它有助于教师正确的认识自我,反思和调控教学过程,促进教学知识和能力的发展,对教师自身能力的提高有着不可估量的作用。在信息化时代背景下,要想有效提高教师的自我效能感还需要借助信息技术在线学习的优势,对自身的教学理念和教学模式进行学习和创新。通过提高教师的自我效能感可以让教师产生教学极性,这是教师认真准备教学工作的原动力。

## 1 自我效能感的研究背景

目前国内对于自我效能感的研究与讨论,主要在上世纪 90 年代,有部分大学学者对自我效能感展开了研究。其中有些观点认为,要想提高高校教师的自我效能感,需要从院校与教师自身两个角度入手,院校方面,要营造积极和谐的校园环境,人文氛围要浓厚,要尊师重道,鼓励教师们多学习,以期教学相长,院校应该每年定期拨出一定的资金款项来对院校教师进行专业能力培训,让教师能够不断地提高自我能力,提升自我效能感。而教师自身需要制定严格科学的教学过程目标,不断自我研究适合自己的教学方式。高校教师自我提升的途径与方法较多:首先院校应该积极地配合教师提升自我能力的需求,为教师提供终身学习、持续学习的机会与资源;教师本身则应该意识到信息化发展给教育教学带来的机遇,能够利用信息技术和网络的力量学习更加有效的教学方式,能够以更好的姿态投入到教学工作中,教学工作中的成就感会带来教师自我效能感的提升。

## 2 影响高校英语教师提高自我效能的原因

影响高校英语教师自我效能的原因有很多。首先,高校英语教师往往承担着繁重的工作量,除了完成自身的工作量之余,还要完成相应的科研任务,因此会给教师带来更大的教学压力。在这种情况下,如果教师的情绪得不到很好的调整,那么自我效能感就会降低。其次作为高校英语教师,除了要具备扎实丰富的专业知识之外,教学经验的积累显得尤为重要。在互联网时代发展及疫情的双重背景之下,高校英语教师可以通过在线学习的途径,进行教学方法和教学理念等方面的学习,从而对教学业务能力的提升起到了一定的作用,这在一定程度上影响了教师的自我效能感。

## 3 通过在线学习提高自我效能的主要策略

### 3.1 改善高校英语教师的心理状况

自我效能感的理论指出,劳动者在经历时间较长的劳动工作后,在重大的任务压力之下产生的身心疲惫状态,其中包含了身体疲倦与心理疲倦。一个人在经受长期的劳动之后,身体会开始疲惫,平时用于管控情绪,保持积极良好心态的精力也会开始消

减,从而导致最终的心理疲倦状态。自我效能感是一个人在进行工作劳动时产生的一种自我积极认知,是赋予工作成就感的重要动力来源。一个人在工作时如果拥有良好的自我效能感时在工作劳动时就会产生巨大的工作动力,工作效率会大幅度提高,进而帮助工作者获得较高的工作成果,而较好的工作成果也会反过来提高我们的自我效能感。高校英语教师面临着巨大的工作压力,除了完成繁重的教学任务之余,还需完成一定量的科研论文,还有职称评定等要求,这些来自各个方面的压力或多或少地让英语教师们产生了身心压力,从而导致高校英语教师的自我效能感下降。而在线学习恰好就是高校英语教师提高自我效能的重要途径之一,因为网络的学习资源更加丰富,友好的学习氛围,能与同行进行更多有效地学习交流,让自身教学业务能力获得飞速成长,解决教学工作中的问题和困扰,提高工作效率,产生较高的工作成就感,对职业倦怠进行有效缓解。

### 3.2 改善高校英语教师的在线学习环境

伴随着网络技术的纵向发展,越来越多的课程都支持在线学习,可以说这是个人获取知识的有效路径。互联网学习平台能够很好满足教师课外自我学习的要求,因此改善和优化在线学习环境显得尤为重要。互联网信息技术平台是高校英语教师进行在线学习与研究的重要基础与工具,让在线学习平台能够满足高校英语教师实践知识研究与学习的需求。从自然科学的角度来看,互联网信息的本质是客体,而高校教师是主体,高校教师作为在线学习的主体,一定要充分发挥自己的主观能动性,但在此之前也要保证客体工具的稳定与有效,高校教师在学习过程中可能因为一些平台的问题可能会降低学习效率。因此,在线学习环境的优化主要思路在于对学习方式、学习路径以及学习案例的筛选与分配,还有对学习流程的精简优化,在线学习的平台选择要选择拥有简约、易于使用界面、并且方便操作特点的平台。教师在进行在线学习过程中,要学会控制内容、控制顺序、控制步调。在线学习从某种程度上改变了学习统一化的特点,能够满足不同性格、不同爱好教师的需求,给高校英语教师更多的选择,让高校教师能够深入地学习有效的教学理念与教学方式。但是在线学习本身也有其缺点,部分年长教师或许由于信息技术使用不熟练、英语水平基础一般导致在平台的使用上往往感到力不从心,久而久之产生倦怠心理;一些在线学习平台可能会由于平台上出现的无关链接导致注意力分散,影响学习效率。

### 3.3 提供一定的资金支持在线学习

我国的高校英语教师由于资金原因、文化环境等原因,所能获得的优质教学资源其实非常少,目前国内的高校英语教师在学历、能力、职称上都出现了良莠不齐的局面,高校英语教师队伍能力参差不齐,部分高校在提高教师水平能力,建设教师队伍的投入资金上有所欠缺,大部分问题主要是教学平台陈旧、教学

(下转 97 页)

与村干部和群众代表进行座谈讨论交换意见, 经过修改后制定的终稿。方案中所列条款, 有的是本来就有的, 但需要加强; 有的是没有的, 需要规划建设。每一条, 都有各自的要求, 共同融入高富村“红色名村”建设的伟大实践。

#### 2.4 指导实施过程

为帮扶和指导高富村“红色名村”建设, 解决高富村“红色民村”建设过程的困难和实际问题, 项目组的同志三赴高富村进行调研, 与村干部进行座谈, 交换了意见。他们表示, 规划方案中所列条款需要统筹推进, 协调进行; 有的项目已经完成, 有的项目还在进行, 极少数项目因客观原因无法完成, 但总体不影响“红色名村”建设的效果。项目组同志表示, 高富村的村干部和人民群众是“红色名村”建设的主力军, 希望大家克服困难把“红色名村”建设项目积极推进; 所需资金问题会向上级部门争取; 会加强与高富村常态化联系。

### 3 “红色名村”建设的核心问题

高富村“红色名村”建设是一项整体性和全局性的工程。建设高富村“红色名村”不仅是高富村的事情, 也是新坊镇和袁州区的事情, 甚至是宜春市的事情。该工程涉及到资金、技术、人员等因素的合理流动。

但核心问题是资金问题。各级党员领导干部要很好地学习第10期《求是》杂志刊发习近平总书记的重要文章《用好红色资源, 传承好红色基因, 把红色江山世代传下去》。因此, 要借“中央重视红色资源合理开发和利用”的东风, 积极主动地向上级争取必要的项目资金, 调动各方积极因素, 把高富村“红色名村”建设好, 把“红色名村”宣传好, 把“红色名村”的功能发挥好。

#### 4 红色名村建设的注意事项

##### 4.1 要尊崇人民群众的意愿

高富村“红色名村”建设是一件增进人民群众福祉的实事, 更是一件促进高富村发展的好事。该工程的建设需要高富村全体人民的大力支持。在该工程的推进实施中, 一定要尊崇人民群众意愿。要维护高富村全体人民的根本利益和权益, 把有损害人民群众利益的项目条款坚决予以杜绝。要把人民群众答应不答应、满意不满意作为检验该项工作的标准。

##### 4.2 要结合当地的实际出亮点

建设高富村“红色名村”, 结合高富村的实际情况、现有的“红色资源”和特色资源, 要因地制宜, 制定相关的建设规划和发展策略, 并呈现出亮点, 起到对党员群众革命教育、爱党爱国教育的目的。例如在该《高富村“红色名村”建设规划实施方案》中所列第一条“进一步完善‘周赤萍将军革命事迹’陈列馆”中, 可进一步挖掘“周赤萍将军指挥湘西剿匪”历史事件中更多的史实和趣闻趣事, 成为该条款中的亮点。

#### 4.3 要与保护生态环境相结合

“生态文明建设”是党的十八大做出战略决策。高富村“红色名村”建设要践行生态文明建设的发展战略, 要践行“绿水青山就是金山银山”发展理念, 要统筹推进山水林田湖草系统治理, 保护生态环境, 促进人与自然的和谐共生。对革命场馆纪念设施的建设一律不得开山要地。在《高富村“红色名村”建设规划实施方案》中所列条款“引进企业入驻, 增加就业岗位”中, 不得以牺牲环境为代价换取经济一时的发展; 对有损害生态环境的企业, 或污染严重的企业, 一律不准予进村入驻。

### 5 结语

促进袁州区新坊镇高富村“红色名村”建设, 目的是为了促进全区党员群众进行革命教育、提高党性修养、坚定理想信念、赓续红色血脉、传承红色基因, 加强对中小学生爱党爱国的情怀教育和品行教育。实施过程中较好地利用了高富村现有的“红色资源”和特色资源的独特优势; 制定了切实可行的建设发展规划。高富村“红色名村”规划建设实施过程中, 一定要尊崇人民群众的意愿, 保护他们的合法权益和根本利益, 并重视生态环境的保护。这样才能把“红色名村”建设工程引向深入, 推向持久。

#### 参考文献:

[1] 刘建军. 河北省域红色遗产的传承、保护和利用研究[J]. 领导之友, 2016, (2): 67-71.

[2] 曹学文. 红色文化遗产及其开发利用研究——以湘潭市为例[D]. 湘潭大学, 2008. 1-60.

#### 作者简介:

李金平(1975—), 男, 江西宜春人, 中共党员, 大学本科, 讲师, 主要从事机械制造、数控加工等方面的教学工作和学生管理工作。

(上接95页)

扩展资源不足、教学理念落伍等问题。在当今信息爆炸的互联网时代, 在校教师尤其是高校英语教师更应该重视学习国内外的优秀教学知识与理念, 在工作之余借助在线学习平台与优质教育资源增强视对自己教育理念的革新, 不断强化个人的专业领域能力, 研读国内外教育界的重要核心文章, 学习一些新颖的教学方法, 有效利用好国内外互联网上的各种教学资源。高校方面应该重视教师培训方面的资金投入, 定期投入一定的资金引进国外优质的教学讲座和视频资源, 给予英语教师们更多的时间、更多的资源去从外界的优秀教师中汲取知识, 提高能力, 进而提高自我效能感。在网上定期举办研讨会、教学理念演讲、示范课等活动。此外, 高校还可以引进部分校外企业的资源, 利用同社会企业合作的优势来给高校英语教师参与科研的机会。借助互联网技术我们可以与世界各地的教育机构、高校进行资源共享与教育经验分享。当前绝大多数高校英语教师基本拥有较强的英语能力, 可以更为得心应手地使用线上教育资源来提高自己的自我效能感, 进而提高自我的教学水平。因此, 高校应该要在线上学习资源方面下功夫, 重视优质线上教学资源的分配与筛选, 拨出一定的款项来支持教师对线上资源的使用与发展, 从而提高整体高校英语教师队伍的教学水准。

#### 4 结束语

总而言之, 高校英语教师的自我效能感主要会受到自身的心

理状况和自我认知等因素的影响。在这两方面的影响下, 高校英语教师的自我效能感不能够得到有效提升, 进而使高校英语教师自我发展受到困阻。因此, 有效利用在线学习平台与国内外的教学资源能够满足高校英语教师个性化的学习需求, 建构合适的教学理念, 促进自身的专业发展, 从而提高高校英语教师的自我效能感, 这对高校的教学质量与教学效率都有着至关重要的正面作用。只有为高校英语教师提供优质的网络学习资源与学习平台, 并且鼓励他们不断自我提升、自我突破, 高校英语教师才能在今后的工作中不断提升自我效能感, 以促进高校英语教师的自身专业发展。

#### 参考文献:

[1] 高波. 高校英语教师职业倦怠和自我效能感的提升研究[J]. 考试周刊, 2017(A0).

[2] 夏增亮. 大学英语教师自我概念、教学效能感与职业倦怠现状及关系研究[J]. 校园英语, 2018(33).

[3] 刘珍珍. 试论在网络教学环境中增强英语教师自我效能感的方法[J]. 牡丹江大学学报, 2013, 022(009): 145-147.

[4] 王永丽. 大数据时代高校青年英语教师自我效能感的提升策略[J]. 教育观察, 2020, 9(09): 69-71.

[5] 孙蕾. 网络信息技术对大学英语教师自我效能感的影响[J]. 北极光, 2018(11): 176-177.