

大学生英语写作焦虑与自我调节策略的研究

宋泽宇

桂林理工大学外国语学院 广西 桂林 541004

摘要: 研究采用“二语写作焦虑量表”和“英语写作焦虑自我调节策略量表”对 74 名理工科非英语专业大一学生进行问卷调查,旨在探究他们的英语写作焦虑及写作焦虑自我调节策略的使用情况。

关键词: 非英语专业本科生; 英语写作焦虑; 自我调节策略

A Study on College Students' English Writing Anxiety and Self-regulation Strategies

Zeyu Song

School of Foreign Languages, Guilin University of Technology, Guangxi, Guilin, 541004

Abstract: A questionnaire survey was conducted among 74 non-English major freshmen in science and engineering by using the second language writing anxiety scale and the English writing anxiety self-regulation strategy scale, in order to explore their English writing anxiety and the use of writing anxiety self-regulation strategies.

Keywords: Non-English majors; English writing anxiety; Self-regulation strategy

1 引言

在大学英语课堂中,写作是英语听说读写综合能力的体现。如何提高学生的写作水平和促进写作教学是大学生英语课堂中重要且艰难的部分。在影响写作的因素中,情感因素至关重要,焦虑是最重要的情感因素之一。《大学英语课程教学要求》(2007)指出,高校非英语专业本科生应具备基本的书面表达能力和写作技能。近年来,尽管写作一直是大学英语教学的重点,学生的写作能力却未得到有效提高(王海啸,2014)。

20 世纪 70 年代后,外语学习的重点从教转向学。克拉申(1980)认为,外语学习焦虑是影响语言学习效果最主要的情感变量之一,学习者的焦虑程度越高,情感过滤作用就越明显,从而阻碍学习者接受语言输入,外语学得就难以取得进步。因此,越来越多的研究人员开始关注在外语学习过程中,学习者的个人情感因素对其学习过程和效果的影响。

目前,有关写作焦虑的研究大多将重点放在从教师等外部因素来影响学生的写作焦虑。比如,对于教师而言,主要有四种方法来缓解学生的写作焦虑:(1)写长法^[4];(2)合作式学习和过程写作^[9];(3)反馈法^[11]。但是有关学习者在写作中是否能够通过自我调节策略来缓解焦虑的研究较为匮乏。自我调节是焦虑调节的重要内部因素,因此写作中的自我调节也是缓解写作焦虑的重要因素之一。学习策略研究已经证实,优秀的语言学习者通常运用情感策略来控制自己在语言学习中的情绪

(Oxford, 1990)。因此,本研究旨在选取研究理工科非英语专业大学生为研究对象,探究他们的英语写作焦虑现状及其自我调节策略的使用情况,从而为改善大学生的英语学习效果提供实证依据。

2 研究方法

2.1 研究对象

本研究的对象为桂林理工大学非英语专业大一学生,通过问卷星回收有效问卷 74 份,其中男生 41 人,女生 33 人。

2.2 研究问题

本研究从学习者的角度入手,通过对理工科非英语专业大学生英语写作焦虑和写作焦虑自我调节策略情况的实证调查研究,试图回答如下问题:

(1)理工科非英语专业大学生的英语写作焦虑的总体情况如何?

(2)理工科非英语专业大学生使用焦虑自我调节策略的总体情况如何?

(3)不同写作焦虑程度的学生使用写作焦虑自我调节策略的差异性如何?

2.3 研究工具

本研究使用 Cheng (2004) 的《二语写作焦虑量表》和马洁、董攀(2017)的《英语写作焦虑自我调节策略量表》测量大学生英语的写作焦虑程度及在英语写作中焦虑自我调节策略的总体使用情况。两份量表均已经过测试,具有良好的信度和效度,且均采用李克特五级量表的制式,每题均包含 5 个选项,从“完全不同意”到“完全同意”。所有数据使用 SPSS26.0 进行定量分析。

3 结果分析与讨论

3.1 英语写作焦虑的总体情况

据 Cheng (2004) 所编制的《二语写作焦虑量表》,

作者简介:

宋泽宇(出生年份 1997-),女,汉族,陕西,在职研究生,单位:桂林理工大学外国语学院外国语言学及应用语言学专业,研究方向:英语教学。

英语写作焦虑主要分为四类：课堂焦虑、构思焦虑、回避行为以及自信焦虑。课堂焦虑与课堂教学的影响有关，如教师批改造成的紧张、有限的写作时间、来自同学的压力和写作任务等。构思焦虑是用来衡量写作前的焦虑。回避行为是用来衡量学生是否选择逃避写作。自信焦虑涉及学生在写作文时对自己信心的担忧。

表 1 英语写作焦虑的描述性分析 (N=74)

	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
课堂焦虑	1.00	4.80	2.6351	.74345
构思焦虑	1.00	5.00	3.0811	.82490
回避行为	1.67	4.00	2.9347	.45566
自信焦虑	1.25	4.25	2.9493	.61652
自我焦虑	2.10	4.30	2.8993	.48076

根据 Oxford & Burry-Stock (1995) 对李克特 5 分量表的划分标准，平均值大于或等于 3.5 为高等水平，平均值介于 2.5 和 3.4 之间为中等水平，平均值小于或等于 2.4 为低等水平。在本研究中，学生总体的自我焦虑为 2.90 ($2.5 < M < 3.4$)，因此学生的写作焦虑处于中等焦虑水平，这与郭燕和秦晓晴 (2010)、郭燕和徐锦芬 (2014)、马洁和董攀 (2017) 等国内学者的研究结果一致。

在四个写作焦虑影响因子中，构思焦虑最高 (3.08)，在中等水平中较高，说明学生在写作前的构思阶段存在一定的焦虑；课堂焦虑为 2.63，在中等水平中较低，这表明教师在课堂教学中并未给学生带来太多焦虑；回避行为为 2.93，自信焦虑为 2.95，都处于中等水平，学生在英语写作中的回避行为较为突出，对英语写作、完成各种外语写作任务和相应技能缺乏信心。

综上所述，理工科非英语专业大学生普遍存在中等程度的英语写作焦虑。

为了比较写作焦虑的性别差异，本研究进行了独立样本 T 检验。结果如表 2 所示。

表 2 不同性别学生的英语写作焦虑的独立样本 T 检验

	Male (n=41)		Female (n=33)		t	p
	M	SD	M	SD		
课堂焦虑	2.7415	.72422	2.5030	.75684	1.380	.172
构思焦虑	3.1122	.82710	3.0424	.83330	.360	.720
回避行为	2.9756	.44808	2.8838	.46675	.860	.393
自信焦虑	2.8598	.63750	3.0606	.57970	-1.402	.165
自我焦虑	2.9280	.48773	2.8636	.47701	.570	.570

通过独立样本 T 检验分析男女生的英语写作焦虑不存在显著差异，从表中可以看出，男生有 41 人，占 55.4%，女生有 33 人，占 44.6%。女生的整体写作焦虑 ($M=2.86$) 略低于男生 ($M=2.92$)。

从写作焦虑的四个维度来看，男生的课堂教学焦虑 ($M=2.74$) 高于女生 ($M=2.50$)，构思焦虑 ($M=3.11$) 略高于女生 ($M=3.04$)，回避行为 ($M=2.98$) 略高于女生 ($M=2.88$)，自信焦虑 ($M=2.86$) 远低于女生 ($M=3.06$)。这说明男生在课堂教学中产生的焦虑比女生多，更加倾向于只完成老师布置的写作任务且对如何构思写作产生更高的焦虑。而女生相比于男生而言更加对自己的作文缺乏自信。

3.2 英语写作焦虑自我调节策略的总体使用情况

根据马洁、董攀 (2017) 的研究，写作焦虑自我调节策略分为四个维度，分别是行动策略、构思策略、回避策略和情感策略。表 3 是对理工科非英语专业大学生英语写作焦虑中自我调节策略的描述性统计。

表 3 自我调节策略的描述性统计

	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
行动策略	1.00	4.33	2.6824	.69635
构思策略	1.00	5.00	3.2196	.76184
回避策略	1.00	4.20	2.7459	.73749
情感策略	1.00	5.00	3.2278	.74359
自我调节策略	1.00	4.14	2.9681	.56089

根据 Oxford 和 Burry-Stock (1995) 提出的评分标准可知，平均分在 3.5 以上为高频使用策略；平均值在 2.5~3.5 之间为中频使用策略，平均值在 2.5 以下可视为低频使用策略。在本研究中，学生自我调节策略的平均分是 2.97，处于中等水平。这个分数低于徐锦芬 & 寇金南 (2015)、马杰 & 董攀 (2017) 的平均分 2.83 和 2.78。

从四个子维度的角度来看，行动策略的平均得分是 2.68，处于中等水平。构思策略的平均得分达到 3.22，处于中等水平中较高频使用的策略。回避策略的平均得

分是 2.74, 处于中等水平。情感策略的平均分是 3.22, 在这四个子维度中得分最高, 处于中等水平中较高频使用的策略。

总的来说, 学生在经历了英语写作焦虑后, 最常采取的策略是情感策略, 其次是构思策略, 然后是回避策略, 学生最少采取行动策略。从研究结果可以看出, 学生对行动策略的使用是不充分的, 这与《二语写作焦虑量表》中反映的高频使用回避行为是一致的, 说明学习者积极参与写作练习的热情还不够高。

3.3 不同写作焦虑程度的学生使用写作焦虑自我调节策略的差异性

根据 Oxford and Burry-Stock (1995) 提出的标准, 学生被分为三组: 高焦虑、中焦虑和低焦虑。分组情况见表 4。

表 4 写作焦虑水平的分组

Anxiety Levels	Number of Subjects	Range	percent
高焦虑	7	$X \geq 3.5$	9.5
中焦虑	55	$2.5 \leq X < 3.5$	74.3
低焦虑	12	$X < 2.5$	16.2

从统计结果可以看出, 在统计的 74 名学生中, 有 12 名学生处于低度焦虑水平, 占 16.2%; 55 名学生处于中度焦虑水平, 占 74.3%; 7 名学生处于高度焦虑水平, 占 9.5%。

上述研究结果意表明非英语专业大学生都有写作焦虑, 并通过自我调节策略减少焦虑。但不同写作焦虑水平的学生在使用自我调节策略方面有什么不同呢? 我们用单因素方差分析来揭示这些差异, 见表 5。

表 5 不同写作焦虑水平的学生使用自我调节策略的单因素方差分析

	High Anxiety		Medium Strategy		Low Anxiety		F	p
	Mean	S.D.	Mean	S.D.	Mean	S.D.		
行动策略	3.1905	.64856	2.6303	.69957	2.6250	.63614	2.121	.127
构思策略	3.6786	.73193	3.2091	.74654	3.0000	.79772	1.814	.171
回避策略	3.7429	.29921	2.7673	.64264	2.0667	.62861	16.348	<0.05
情感策略	3.6531	.62192	3.2519	.70360	2.8690	.87738	2.689	.075
自我调节策略	3.5519	.22024	2.9645	.55213	2.6439	.48293	6.704	<0.05

表 5 显示, 不同英语写作焦虑水平的非英语专业大学生在回避策略的使用上有显著差异 ($P < 0.05$), 而在行动策略、构思策略以及情感策略的使用上则没有显著差异 ($P > 0.05$)。

4 结语

在相关理论的基础上, 本研究应用 SPSS26.0 统计软件对数据进行了描述性统计、单因素方差分析和独立样本 T 检验, 主要分析了理工科非英语专业大学生英语写

作焦虑的现状和写作焦虑中自我调节策略的使用情况以及不同焦虑程度的学生在使用自我调节策略方面的差异。研究结果证明, 理工科非英语专业大学生普遍存在中等程度的英语写作焦虑。学生在经历了英语写作焦虑后, 最常采取的策略是情感策略, 其次是构思策略, 然后是回避策略, 最少采取行动策略。不同英语写作焦虑水平的非英语专业大学生在回避策略的使用上有显著差异, 而在行动策略、构思策略以及情感策略的使用上则没有显著差异。

这些研究结果有助于英语教师不仅要关注英语写作技能的教学, 而且要更加关注来自学生的内在情感, 帮助学生正视对写作的焦虑, 更有效地使用各种自我调节策略。

参考文献:

- [1] Cheng, Y. S. (2004). A measure of second language writing anxiety: Scale development and preliminary validation. *Journal of second language writing*, 13 (4), 313-335.
- [2] Oxford, R. L., & Burry-Stock, J. A. (1995). Assessing the use of language learning strategies worldwide with the ESL/EFL version of the Strategy Inventory for Language Learning (SILL). *System*, 23(1), 1-23.
- [3] Oxford, R. L. (1990). Language learning strategies and beyond: A look at strategies in the context of styles. *Shifting the instructional focus to the learner*, 3 5, 55.
- [4] 郭燕.(2011).大学英语“写长法”对写作焦虑和写作能力影响作用的实验研究. *外语界*, (2), 73-81.
- [5] 郭燕, & 秦晓晴.(2010).中国非英语专业大学生的外语写作焦虑测试报告及其对写作教学的启示. *外语界*, (2), 54-62.
- [6] 李航.(2015).大学生英语写作焦虑和写作成绩的准因果关系:来自追踪研究的证据. *外语界*, (3), 68-75.
- [7] 马洁, & 董攀.(2017).大学生英语写作焦虑自我调节策略研究. *外语界*, (5), 83-89.
- [8] 马洁, & 董攀.(2018).大数据背景下国内外语写作焦虑研究. *外语电化教学*, (2), 32-37.
- [9] 吴育红, & 顾卫星.(2011).合作学习降低非英语专业大学生英语写作焦虑的实证研究. *外语与外语教学*, (6), 51-55.
- [10] 徐锦芬, & 寇金南.(2015).大学生英语学习焦虑自我调节策略研究. *外语学刊*, 2.
- [11] 杨晓琼, & 戴运财.(2015).基于批改网的大学英语自主写作教学模式实践研究. *外语电化教学*, 3, 17-23.