

# 关于焦虑对大学生英语听力理解的影响探究

马梦瑶

首尔世宗大学 河北沧州 062650

**摘要:** 听力是中国许多英语学习者的巨大障碍,在众多因素中,焦虑是影响听力的一个重要因素。因此,通过研究大学生的听力焦虑的主要来源,对于降低大学生听力焦虑具有重要意义。本研究以 Krashen 的情感过滤理论为基础,以上海某学院大二英语专业两个班级为例,通过访谈,分析了当前学生的听力焦虑水平及听力焦虑的主要来源。本研究提出了大学生听力焦虑的主要来源是什么。

**关键词:** 听力焦虑; 听力理解; 大学生; 教育教学

## 一、序论

自 20 世纪 70 年代以来,语言学家们发现,焦虑是第二语言习得过程中的一个重要情绪因素,对学习者的听、说、读、写能力产生不同的影响。<sup>[4]</sup> 由于中国的英语教学强调语法而忽视听力,大多数学生在听力理解的过程中存在较高的听力焦虑,这影响了学生的英语听力水平,导致听力成绩下降。

为了有效解决这一问题,本文通过问卷调查和针对性的访谈,探讨了学生听力考试成绩与听力焦虑的相关性,并通过数据分析得出学生目前听力焦虑的来源,从而帮助学生提高听力学习效率,为教师的听力教学提供一些参考。<sup>[7]</sup>

## 二、文献综述

大量的研究证明,情绪因素在语言学习中起着重要的作用,其中焦虑越来越受到研究者的关注。

### 1. 国外研究状况

#### (1) 关于焦虑的研究

一些学者根据不同的焦虑测量标准对焦虑进行分类和定义。例如,根据焦虑的性质将焦虑分为特质焦虑和状态焦虑。状态焦虑是指一个人在某一时刻感受到的恐惧;例如,考试前对某种紧急情况的短暂恐惧<sup>[3]</sup>。根据焦虑对语言学习者的影响将焦虑分为促进焦虑和消除焦虑<sup>[1]</sup>。前者刺激语言学者挑战新的学习任务,促使他们克服焦虑,而后者则导致学习者逃避学习任务,以避免焦虑的根源。

#### (2) 焦虑对听力的影响

焦虑在外语听力学习中广泛存在,语言学家将焦虑的研究方向逐渐细化为各种外语学习技能。通过初步研究发现,高度焦虑会妨碍学习者正确理解他们所听到的内容。<sup>[5]</sup> 然而,

并没有深入探讨听力焦虑与听力水平之间的关系。之后,语言学家对它们之间的关联性进行了一些研究。例如, Dixon 在 1991 年对 198 名西班牙新生的研究中发现,听力焦虑和听力水平之间存在负相关关系。Kim 用相关分析和多元回归分析发现,焦虑与听力能力之间存在因果关系<sup>[2]</sup>。

### 2. 国内研究现状

目前,国内对英语学生焦虑的研究相对于国外较少,也较晚。在 20 世纪 90 年代之前,很少有关于焦虑的学术研究。20 世纪 90 年代以来,我国学者在借鉴国外研究理论和成功经验的基础上,探讨了焦虑对听说读写能力的影响。在口语焦虑的研究中,将焦虑分为两种类型,即特质焦虑和环境焦虑,前者属于一种人格特征,具有长期性和稳定性;后者是由环境影响引起的,是一种相对短期和易变的状态。<sup>[6]</sup> 发现这两种焦虑呈正相关,而且与学生的口语能力呈负相关。参照前者的研究方法,研究了听力焦虑的影响,还将听力焦虑分为两种类型:促进性焦虑和抑制性焦虑,通过问卷调查,发现学生的促进性焦虑与学生的听力水平呈显著正相关,而抑制性焦虑与学生的听力水平呈显著负相关<sup>[8]</sup>。

由于国内外在这方面的研究成果较少,少数研究探讨了听力策略与听力焦虑的相关性,而且这些研究没有充分考虑情感因素对听力焦虑的影响。本文在情感过滤假设的基础上,探讨大学生外语听力焦虑以及焦虑形成因素与听力表现的关系,为教师改进听力教学提供思路,因此具有较高的学术价值。

### 三、理论框架

情感过滤理论假说。情感过滤是由 Dulay 和 Burt 首先

提出的,他们认为情感过滤是一个内部处理系统。它旨在解释情感因素如何通过潜意识控制学习者的语言吸收来影响外语学习的过程<sup>[2]</sup>。

情感过滤理论是指在语言课堂上,学生的情感因素会在一定程度上影响教学效率,因为负面情绪会潜移默化地阻碍学生的学习过程。了解情感过滤可以帮助教师调动学习者的学习积极性,从而使学习者获得更多的语言输入。因此,本研究的重点是找出学生听力焦虑的主要来源,并制定一定的对策来减少焦虑。

#### 四、研究方法(混合性)三角互证

##### 1. 研究问题

大学生听力焦虑的主要来源是什么。

##### 2. 研究对象

在研究对象的选择上,选择了上海某大学英语专业大二学生的两个班级作为研究对象。由于大二学生即将参加他们第一次TEM-4考试,他们的焦虑在考试压力下逐渐显现出来。

被测试的学生来自20届英语专业1班和2班,两个班各31名学生。共有62名学生接受了听力测试和问卷调查。

##### 3. 研究工具

###### (1) 访谈问题

为了更好地了解学生的英语听力焦虑,探索更多缓解学生焦虑的方法,本次访谈从两个班中选取了5名学生进行访谈。在提出的7个问题中,前两个问题是为了了解学生的听力焦虑程度和对听力焦虑的看法。第三题至第六题是了解听力焦虑在听力理解过程中的影响因素。第三个问题是从四个维度的角度询问学生听力焦虑的主要来源。第四、五、六题关注的是教师、学校和同龄人对听力焦虑的影响。第七个问题是一个开放性问题。其目的是听取学生对缓解听力焦虑的建议。

##### 4. 访谈结果分析

对于访谈结果,第一个问题是关于学生英语听力焦虑的现状。有8名学生表现出在听的过程中存在听力焦虑。只有两个学生表现出不会在听力中过度焦虑,因为他们可以及时调整自己的状态,以积极的态度迎接考试。

第二个问题是焦虑对听力测试是否有影响。8名学生认为焦虑会极大地影响他们的听力测试,2名学生认为焦虑对他们的听力测试结果影响不大。

第三个问题是问哪些因素会使学生在听力过程中感到焦虑。3名学生认为英语基础过弱可能会感到焦虑,2名学生认为消极的学习态度会让他们感到焦虑。其余5名学生认为,如果由于缺乏一定的课堂听力技巧训练而缺乏自信,他们的焦虑会加剧。

第四个问题是关于老师对听力焦虑的影响,大多数学生倾向于选择老师帮助缓解听力焦虑,例如,开设听力课程,培养学生的听力策略,提高学生的听力技能,从而增加学生在听力理解过程中的信心。

第五个问题是关于学校对听力焦虑的影响。有8位同学认为在学校增加一些听力训练活动可以大大缓解听力焦虑,有2位同学认为学校在缓解听力焦虑起不到实质性作用。

第六个问题是同伴对听力焦虑的影响。9名学生认为,如果同学在听力练习中总是知道更多的答案或准确性更高,他们会产生自我怀疑,从而增加他们的听力焦虑。只有一个学生认为同伴压力对他没有太大的影响。此外,有2名同学表示,如果能与同学讨论听力技巧,可以缓解他们的听力焦虑。

#### 五、结论

国内外学者对大学生听力理解焦虑的研究很少,大多集中在分析外语焦虑的原因和缓解听力焦虑的策略上。但本研究充分考虑了情感因素对听力焦虑的影响,因此具有一定的学术价值。本文由于只调查了一所高校的英语专业学生,所以具有一定的局限性。

本研究通过调查和分析,得出以下结论:首先,听力焦虑与听力成绩呈显著负相关。听力焦虑对听力成绩有负面影响。第二,通过听力成绩与四个维度的相关性分析,根据数据可看出哪个因素对大学生英语听力焦虑的影响最大。

对于教师来说,在英语听力教学过程中,教师应给予学生更多的鼓励和支持,从而端正学生的学习态度。在听力训练过程中,教师应注重听力策略的教学,提高学生的听力水平,帮助学生建立自信心。

#### 参考文献

- [1]Alpert, R.& Harber, R. N. Anxiety of academic achievement situations [J]. Journal of abnormal psychology 61.1 (1960): 207-215.
- [2]Dulay, H., Burt. Viewpoints on English as a Second Language [M]. New York: Resents, 1997.
- [3]Spielberger, C. D., Theory and Research on anxiety.

In C.D.Spielberger(Ed. ) . anxiety and behavior [C]. New York: Academic Press, 1966.3-20 .

[4]Trylong, V. L., Aptitudes, Attitudes and Anxiety: A Study of their Relationships in the Foreign Language Classroom [J]. Dissertation on Abstract International 48.5 (1987): 25-64.

[5]Vogely, A. Listening comprehension anxiety: students' reported sources and solutions [J]. Foreign Language Annals 31.1 (1988): 67-80.

[6]Zhang,Xian. Foreign Language Anxiety and Foreign Language Performance: A Meta Analysis [J]. The Modern Language Journal 103.4 (2019): 770-781.

[7]路博政 . 浅析焦虑心理在英语专业听力中的影响 [J]. 辽宁广播电视大学学报 2015 (1): 49-50.

[8]杨晋 . 英语学生焦虑感和听力理解的关系 [J]. 外语研究 2000 (1): 54-57.