

英语精读课堂语言焦虑成因及调节对策

路 云

(泰山学院 外语系, 山东 泰安 271021)

[摘要] 语言焦虑是影响英语精读课堂学习的重要因素之一, 阻碍了学生把可理解的语言成分运用在语言交际中, 制约了综合语言运用能力的发展。本文根据 Horwitz 等人设计的外语学习焦虑量表, 对泰山学院英语专业大二学生进行了问卷调查, 总结归纳出精读课堂焦虑的成因, 发现其对英语精读课堂学习的影响, 并探讨如何控制语言焦虑, 促进精读课堂学习。

[关键词] 英语; 精读课; 语言焦虑; 对策

一、语言焦虑理论及语言焦虑成因

情绪和认知系统是信息加工过程中的两个子系统。所有信息加工过程都含有情绪成分。情绪可以是信息加工的启动状态, 也可以是信息加工的背景状态 (Dodge&Gardner, 1991)。外语学习过程是信息加工过程, 在这个学习过程中主客观因素都有很大影响。主观因素是与学习者本人素质有关的因素, 如认知因素、情感因素和年龄影响, 其中情感因素对外语学习的影响和作用不可忽视。而焦虑则被认为是影响外语学习的最重要情感变量之一。语言焦虑属情感因素范畴, 它区别于一般意义上的焦虑, 是学习者运用目的语产生的害怕心理 (Gardner and MacIntyre)。Oxford 通过研究后认为, 语言焦虑是影响第二语言学习者情感因素中的主要因素。Oxford 认为语言焦虑不是一般意义上的焦虑, 而是学生因为要运用目的语而产生的害怕心理, 是影响语言学习诸因素中的主要因素。Ellis (1985) 把焦虑分成气质型焦虑 (trait anxiety)、一次型焦虑 (state anxiety) 和情景型焦虑 (situational anxiety)。气质型焦虑是一种更持久的焦虑倾向, 是个性的一个方面。Ellis 认为情景型焦虑在语言学习中的具体表现就是语言焦虑。也有人根据焦虑对语言学习的作用把它分成促进型焦虑和妨碍型焦虑。能激发学生克服困难、挑战新的学习任务, 使学生更积极、更努力地学习的焦虑为促进型; 反之, 给学生带来紧张、不安、忧虑、不自信等不良心理体验, 导致学生逃避学习任务的焦虑则为妨碍型。导致外语学习焦虑的原因很多。Young (1991) 总结出了至少六种可能的原因: ① 个人以及个人与他人之间引起的焦虑; ② 学习者对语言学习的看法; ③ 教师对语言教学的看法; ④ 教师与学习者之间的交流; ⑤ 课堂活动形式; ⑥ 语言测试。Oxford 认为, 导致焦虑的因素可能是学习者的个别特征, 也可能是学习活动形式或教学方法。如, 学习者自尊心的强弱、对学习过程中出现的模糊现象的宽容程度、学习者的冒险精神和竞争性都与焦虑程度高低有关。教师和学习者对学习不同认识也可能导致焦虑。外语学习研究者很早就认识到焦虑对外语学习的影响, 大多数学者认为焦虑与学习成绩成负相关, 但有的 (如 Ey2senck, 1979) 认为焦虑与外语学习成绩成正相关。早期对焦虑的研究 (Scovel, 1978) 则认为焦虑和外语学习成绩的好坏没有线性关系。语言学习似乎比其它课程更容易引起焦虑 (Price, 1991; MacIntyre & Gardner, 1989)。Gardner 等 (1976) 认为课堂焦虑与成绩密切相关, 它对外语学习的影响仅次于能力 (aptitude) 和动机 (motivation)。本文试图就焦虑对精读课堂信息输出的干扰进行相关研究。目的在于 1. 探讨课堂教学的哪些方面引起焦虑, 影响语言的输出; 2. 怎样控制外语学习焦虑, 减少其干扰, 提高学生运用英语的综合能力。

二、研究方法

(一) 研究对象

作为本次研究对象的 126 学生来自于泰山学院外语系英语专业二年级。

(二) 研究工具

本次调查研究采用问卷形式。Horwitz and Cope (1986) 推出的外语课堂焦虑量表 (FLCAS)。此量表在西方国家语言学习中使用时很广, 信度和效度较高。Horwitz 认为外语学习课堂焦虑应包括三个方面: 交际畏惧 (communication apprehension), 负评价恐惧 (fear

of negative evaluation), 一般性焦虑 (General Feeling of Anxiety)。

(三) 数据收集与分析

问卷共有 33 个问题,采用里克特量表对每个问题计分(1=完全不同意,5=完全同意),对量表中正面叙述的 9 个问题如“在英语课堂上发言我感到自信”进行了得分转换。其中第 2、5、8、11、14、18、22、28 及 32 题的题意为否定,其记分方式相反,所得总分为焦虑指数。教师可以通过问卷来检测学生的焦虑状况。得分越高,焦虑程度越严重,越应引起重视。外语课堂焦虑量表 (FLCAS)包括三个方面:交际畏惧 (communication apprehension 问题项: 9, 27, 18, 4, 29, 1, 3, 13, 14, 20, 24, 33), 负评价恐惧 (fear of negative evaluation 问题项: 7, 23, 31, 15, 19, 2, 8, 21), 一般性焦虑 (General Feeling of Anxiety 问题项: 5, 6, 10, 11, 12, 16, 17, 22, 25, 26, 28, 30, 32)。

三、 结果分析

调查结果显示,被试学生外语学习焦虑程度普遍偏高。从调查项目 1、2、3、9、13、18、20、24、31、33 反映出大多数后进生不愿意或者害怕在课堂上开口说话,通常表现为老师提问时低着头,避免与老师目光接触;回答问题时,十分简短,口头表达吐字不清,表意含糊,避免用英语表达一些较难的信息,甚至忘记原本知道的内容或者僵立在座位上。项目 1、7、10、18、28、32 反映出他们缺乏学好英语的信心,课堂上精力无法集中到学习内容上。从统计结果看,交际畏惧的程度和数量均居引起焦虑各类别之首,这说明焦虑对于信息输出具有较大干扰作用。惧怕负评价也是干扰学生信息输出的重要因素。语言输入只有通过过滤器才能到达大脑中的语言习得机制,并为大脑所吸收,最终发展成为习得能力。当某个学生站起来用英语发言时,他们对听觉所提供的信息的反应比平常迟钝,对语言的理解速度也相对较缓慢,往往听不懂老师的提问。恐慌心理在他们大脑中占据极大空间,并直接削弱了他们对其认知因素的接受能力,因而在语言表达时出现“张口结舌”或者“无话可说”的难堪局面。本次调查结果与其它同类研究结果均表明,在英语课堂中,大部分同学害怕发言,害怕教师和同学对自己的学业成绩有负评价。语言焦虑威胁到学生的自我或自尊,因此他们不愿用英语进行信息的输出。

四、 应对策略

Krashen 的情感过滤假设使我们清楚地认识到情感因素在英语教学中起着不容忽视或低估的作用。情感对语言学习的影响至少和认知因素一样大,甚至更大 (Stern,1983)。强化学生的语言学习动机,增强自信心,创设低焦虑的心理空间和学习氛围是我们从中获得的最基本的启示。减少语言焦虑对信息输出的干扰,应注意以下两点:

(一) 改进课堂活动,提倡合作学习

研究结果显示,课堂内学生学习语言的效果,在很大程度上与教师话语构成的语境以及师生互动交流有关。因此,课堂活动是影响课堂交际和语言学习质量的重要因素。教师用什么样的课堂活动形式激发学生参与对话交流、输出语言的欲望,提高其语言学习的效率,是英语教学的关键问题。合作学习法有利于减少焦虑感。研究表明,学习者在小组中进行交流时的焦虑情绪远低于当着全班同学回答问题时的焦虑程度;学习者在交流过程中,增加了听说的机会,尤其是害羞、胆怯、内向的学习者能够有更多的交流机会,促进交际。小组成员间的合作和相互依赖有助于增强学习者的自信心和自尊心,从而激发更高的学习动机。此外,合作学习法营造积极的课堂气氛积极创设民主平等,宽松和谐的课堂心理气氛和课堂内外教育环境,让学生精力集中,思维敏捷,记忆增强,心理潜能和创造性得以充分发挥。这一切使学生积极参与课堂双边活动,在促进语言的输出方面起积极作用。

(二) 发挥评价的激励机制

评价的最终目的是为了每位学生的发展,英语学习的评价应以学生的综合语言运用能力发展为出发点。但长期以来,我们的评价只停留在考试与测验上,很少考虑到评价手段的

多样性和评价功能的全面性。这种评价给学生造成了极大的心理压力,带来了诸多负面影响:只给少数人带来成就感,大部分的学生只有失败的体验、焦虑的增加。为此,英语教师必须重新认识和实施评价,要使学生通过评价在英语学习过程中不断体验进步与成功,认识自我,建立自信。首先要让学生参与到评价中来。评价应有助于学生反思和调控自己的学习过程,而且自我评价有利于学习能力的发展,所以要让学生学会自我评价。其次教师对学生的评价要多样而灵活,要多从正面鼓励和激励学生。可以多采用形成性评价,对学生日常学习过程中的表现、所取得的成绩以及所反映出的情感、态度、策略等方面做出评价,并允许学生根据自己的特长或优势选择适合自己的评价方式。

五、结束语

外语学习焦虑是个非常复杂的现象,涉及到诸多因素,如学习者的性格特征、学习活动和教学方法、文化因素等等。精读教师应该学习了解外语学习焦虑理论,并将理论运用到课堂教学实践。教师要对外语学习焦虑这一情感因素给予足够的重视,要注意观察学生的言谈举止,善于发现那些外语课堂上焦虑的学生,有针对性地采取一些措施,力争将他们的课堂焦虑降低到最低限度,从而产生良好的教学和学习效果。

[参考文献]

- [1]王银泉,万玉书. 外语学习焦虑及其对外语学习的影响[J].外语教学与研究, 2001, 33 (2): 122.
- [2] Har mer J. The Practice of Language Teaching[M]. 3rd edition . Beijing: Pears on Education, 2003: 751
- [3]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, (2): 281.

 无忧论文网

 51lunwen.com