

Doi: doi.org/10.70693/rwsk.v1i4.874

本科生与高职生英语学习愉悦、倦怠与自主学习行为探究

张 静¹

(¹ 马来西亚理科大学, 马来西亚 槟榔屿州 11800)

摘要: 在英语学习过程中, 学生的学习体验往往存在显著差异, 尤其是在愉悦感、学习倦怠和自主学习行为等方面。通过对调查问卷进行分析, 研究发现本科生与高职生在英语学习愉悦度、自主学习行为和高考成绩方面存在不同程度的显著性差异, 而在英语学习倦怠感上差异不显著, 表明本科生与高职生在英语学习体验和学习成果方面存在显著差别。这些发现不仅能够为教育者提供研究依据, 也可为高校公共英语教学改革和个性化学习支持提供实证指导。

关键词: 英语学习愉悦; 英语学习倦怠; 自主学习行为; 本科生; 专科生

一、引言与背景

在全球化和信息化时代的今天, 英语学习的重要性不言而喻, 关系到各层次学生的学业成就和长远发展。对于高职生而言, 英语学习面临诸多挑战。首先, 高职生普遍存在英语学习基础薄弱的问题, 部分学生在中学阶段未能系统地掌握英语语法和词汇知识, 进入高职院校后面对更为复杂的英语学习任务时, 容易产生畏难心理和低成就感。其次, 自主学习能力不足是高职生英语学习中的突出问题。自主学习能力是指学生能够主动设定学习目标、选择合适的学习策略并在学习过程中进行自我监控和自我调节的能力。然而, 许多高职生在英语学习中缺乏明确的学习规划和有效的自我调节能力, 表现为在面对学习困难时容易产生逃避心理, 缺乏持久的学习毅力和自我调整机制, 在英语学习中缺乏主动探索和思考的习惯^[1]。此外, 高职生在英语学习中常常伴随着消极体验, 研究发现, 高职学生在英语学习中普遍存在焦虑、挫败感和倦怠感^[2]。当高职生在学习中频繁遭遇失败或未能获得外部认可时, 容易形成自我否定的态度, 进一步降低其学习动力和自信心。因此, 高职生在英语学习中面临的自主学习能力不足和消极学习体验相互交织, 形成了阻碍其英语学习成效的重要因素。

随着积极心理学持续受到关注, 外语学习愉悦 (Foreign Language Enjoyment) 的研究在国内外得到长足发展。这一概念是指在参与外语活动或任务时能够激发学习者更加投入到学习过程的愉悦感。此外, Dewaele 和 MacIntyre 通过对全球 1746 名外语学习者的调查, 从个人体验、教师支持和学习氛围三个维度, 构建了外语学习愉悦的基本框架^[3]。研究发现, 通过个人体验和学习氛围产生的愉悦感, 有利于学生提升自我效能感, 增加学习投入^[4]。而英语学习倦怠 (English Learning Burnout) 作为一种负面情绪, 表示学习者在学习英语时感到筋疲力尽并失去热情, 会对学业表现、人际关系, 甚至对心理健康产生不利影响。李成陈等针对英语学习倦怠构建了疲惫感、玩世不恭和低效能感三个维度, 并指出学生面对苛刻的学习要求时会感到疲惫不堪 (疲惫感); 对学业、教师或同伴表现出疏远和冷漠的态度 (玩世不恭); 在学习中感到无能为力或缺乏成就感 (低效能感)^[5]。长期的英语学习倦怠会削弱学生在语言学习方面的自我效能感, 从陷入消极循环, 影响学习的持续投入和效果^[6]。

自主学习行为在语言学习中同样重要, 表示学生在学习过程中可以自主规划学习目标、监测学习进度

作者简介: 张静 (1991-), 女, 山东临沂人, 马来西亚理科大学博士生, 研究方向: 二语习得、教育技术、教育心理学

和调节学习策略。在外语学习领域,学生的自主学习行为与学习成绩之间存在显著的正相关关系。如果自主学习能力强,学生通常能够在学习过程中有效设定学习目标,及时识别学习中的困难,并通过调整学习方法和策略来克服挑战,从而提高学习效率和学习效果^[7]。此外,自主学习行为与学习者的情绪状态也存在紧密联系。研究发现,积极的学习情绪通常能够增强学生的自主学习动机,促使学生更主动地参与语言学习活动。然而,学习倦怠和焦虑等消极情绪可能削弱学生的自主学习能力,当学生在学习过程中感受到持续的压力和疲惫感时,往往会降低主动探索和调节学习策略的能力,导致学习效率下降,甚至可能引发逃避学习的倾向^[8]。

与本科生相比,高职生在学习背景、学习动机和学习策略等方面具有不同特点,但英语学习愉悦感、学习倦怠与自主学习行为的研究大多集中在普通本科生群体,针对高职生群体的研究仍较为匮乏。因此,该研究深入探讨本科生与高职生的英语学习愉悦感、学习倦怠与自主学习行为之间的复杂关系,揭示不同教育层次学生在学习体验和行为上的差异,为推动高校公共英语教学改革和优化学习支持策略提供实证依据。

二、研究方法

围绕以下三个研究问题,本研究采用问卷调查法,探索本科生与高职生英语学习愉悦、倦怠与自主学习行为的现状和差异。

- (1) 本科生与高职生英语学习愉悦、倦怠与自主学习行为是否存在差异?
- (2) 不同性别的学生在英语学习愉悦、倦怠与自主学习行为方面是否存在差异?
- (3) 高考英语分数、英语学习愉悦、倦怠与自主学习行为是否存在相关性?

为测量参与者对学习愉悦感的结果,研究采用李成陈等编制的中文版外语学习愉悦量表^[9],共11个题项,例如“学英语的过程中,我学到了很多有趣的事情”,同时量表具有良好的内部一致性(Cronbach $\alpha=0.919$)。此外,研究根据采用外语学习倦怠量表,共9个题项,例如“英语学习让我觉得自己被消耗殆尽”,该量表具有极佳的内部一致性(Cronbach $\alpha=0.939$)。针对自主学习能力,研究借鉴了林莉兰编制的大学生英语自主学习能力量表^[10],该量表Cronbach α 系数为0.976,说明具有极佳的内部一致性。

为了收集量化数据,研究人员于2024年5月至6月通过问卷星发放问卷。研究采用目的抽样法,从某东部省份一所公立大学和一所职业学院共收集了254名大学生的有效答卷。所有参与者均为大一非英语专业的学生,具有参加2023年6月高考的经历,并且大学英语课程是必修课。参与人员基本信息见表1。

问卷收集完成后,研究人员首先对问卷进行筛查,确保填写完整。随后通过SPSS 25开展统计分析,包括描述性统计分析、独立样本T检验和皮尔森相关分析。

表1 参与人员基本信息

		数量	百分比%
就读层次	本科生	129	50.8
	高职生	125	49.2
性别	男	155	61.1
	女	99	38.9

三、研究结果

通过表2的描述性统计分析结果可以看出,本科生和高职生在英语学习的愉悦度、倦怠感、自主学习行为和高考英语分数上存在区别。首先,本科生在英语学习愉悦度方面的平均值($M=3.5962$)高于高职生($M=3.3978$),表明本科生在英语学习中可能体验到更多的乐趣。同样,在自主学习行为方面,本科生的平均值($M=3.4205$)也高于高职生($M=3.1873$),反映出本科生在学习过程中可能更积极主动。然而,在英语学习倦怠感上,高职生($M=2.6190$)略低于本科生($M=2.6725$),表明本科生在英语学习过程中可能更容易产生学习倦怠。此外,在高考英语成绩上,本科生的平均分($M=105.357$)远远高于高职生(M

= 73.844) , 且标准差也较大, 表明本科生在英语成绩上可能存在更大的个体差异。总体而言, 本科生在英语学习的愉悦感、自主学习行为和成绩方面表现更佳, 而高职生在英语学习倦怠感方面略低, 说明本科生在英语学习中具有更强的动力和积极性。

表 2 描述性统计分析

	学生类型	平均值	标准偏差
英语学习愉悦度	本科生	3.5962	.82759
	高职生	3.3978	.71093
英语学习倦怠	本科生	2.6725	1.05051
	高职生	2.6190	.90235
英语自主学习行为	本科生	3.4205	.91227
	高职生	3.1873	.85729
高考英语分数	本科生	105.357	36.3090
	高职生	73.844	31.2978

表 3 展示了独立样本 T 检验的结果, 本科生与高职生在英语学习愉悦度、学习倦怠、自主学习行为及高考英语成绩上存在区别。首先, 在英语学习愉悦度方面, 本科生与高职生在英语学习愉悦度上的差异在统计上具有显著性 ($t = 2.046, p < .05$), 且本科生在英语学习愉悦度上明显优于高职生。在英语自主学习行为方面, 本科生与高职生在英语自主学习行为上的差异在统计上具有显著性 ($t = 2.098, p < .05$)。本科生在自主学习行为上更为积极。在高考英语成绩方面, 本科生与高职生在高考英语成绩上的差异在统计上极为显著 ($t = 7.399, p < .001$), 显示本科生的高考英语成绩明显优于高职生。然而, 在英语学习倦怠感方面, 本科生与高职生在英语学习倦怠感上的差异不具有统计学显著性 ($t = 0.435, p > .05$), 说明本科生和高职生在英语学习倦怠感上的表现相对接近。综上所述, 本科生与高职生在英语学习愉悦度、自主学习行为和高考英语成绩方面存在显著差异, 而两个群体在英语学习倦怠感上差异不显著。

表 3 就读层次对英语学习愉悦度、倦怠与自主学习行为的影响

	F	t	自由度	Sig. (双尾)	平均值差 值	标准误差 差值	差值 95% 置信区间 下限 上限
英语学习愉悦度	3.198	2.046	252	.042	.19838	.09694	.00746 .38929
英语学习倦怠	3.786	.435	252	.664	.05348	.12305	-.18885 .29581
英语自主学习行为	1.643	2.098	252	.037	.23321	.11115	.01430 .45212
高考英语分数	.788	7.399	252	.000	31.5126	4.2592	23.1245 39.9007

表 4 展现了性别对英语学习愉悦度、倦怠、自主学习行为以及高考英语分数的影响存在显著差异。具体而言, 在性别方面, 英语学习愉悦感存在显著差异 ($t = -2.602, p = .010$), 表明女生的英语学习愉悦感显著高于男生。英语学习倦怠也差异明显 ($t = 3.338, p = .001$), 说明男生的英语学习倦怠感显著高于女生。然而, 英语自主学习行为未达到显著性水平, 表明男生和女生在自主学习行为方面没有显著差异。此外, 不同性别的学生在高考英语分数上存在显著差异 ($t = -3.731, p < .001$), 显示女生的高考英语成绩显著高于男生。综上所述, 性别在英语学习愉悦感、倦怠感和学业成绩方面具有显著影响, 但对自主学习行为方面的影响不显著。

表 4 性别对英语学习愉悦度、倦怠与自主学习行为的影响

	F	t	自由度	Sig. (双尾)	平均值 差值	标准误差差 值	差值 95% 置信区间 下限 上限
英语学习愉悦度	1.484	-2.602	252	.010	-.25723	.09888	-.45196 -.06250
英语学习倦怠	.659	3.338	252	.001	.41224	.12348	.16906 .65543

英语自主学习行为	3.362	-1.486	252	.139	-.17002	.11444	-.39539	.05535
高考英语分数	.372	-3.731	252	.000	-17.4960	4.6892	-26.7311	-8.2610

表 5 高考英语分数、英语学习愉悦度、倦怠与自主学习行为的相关性分析

		高考英语分数	英语学习愉悦度	英语学习倦怠	英语自主学习行为
高考英语分数	皮尔逊相关性	-			
	Sig. (双尾)				
英语学习愉悦度	皮尔逊相关性	.302**	-		
	Sig. (双尾)	.000			
英语学习倦怠	皮尔逊相关性	-.286**	-.676**	-	
	Sig. (双尾)	.000	.000		
英语自主学习行为	皮尔逊相关性	.218**	.666**	-.561**	-
	Sig. (双尾)	.000	.000	.000	

表 5 为相关性分析结果, 首先, 高考英语分数与英语学习愉悦度之间呈现出显著的正相关关系 ($r=.302$, $p<.001$), 说明在统计学上, 学生的高考英语成绩越高, 英语学习愉悦度越高。同时, 高考英语分数与自主学习行为也存在显著正相关关系 ($r=.218$, $p<.001$), 表明自主学习行为对高考英语成绩有一定的积极促进作用。此外, 英语学习愉悦度与英语学习倦怠之间存在显著的负相关关系 ($r=-.676$, $p<.001$), 表明愉悦度越高, 倦怠感越低。此外, 英语自主学习行为与英语学习愉悦度之间存在显著的正相关关系 ($r=.666$, $p<.001$), 说明愉悦度较高的学生更倾向于积极参与自主学习。英语学习倦怠与自主学习行为之间存在显著的负相关关系 ($r=-.561$, $p<.001$), 意味着英语学习倦怠感越高, 学生的自主学习倾向越低。综上所述, 高考英语分数对英语学习愉悦度和自主学习行为具有积极作用, 而倦怠感则可能对自主学习行为产生抑制作用。

四、结论与启示

研究结果表明, 本科生在英语学习愉悦度和自主学习行为方面均显著优于高职生, 这提示了学历层次在英语学习体验和学习策略上的重要作用。相比于高职生, 本科生在学习过程中可能具备更强的学习动机和更丰富的学习资源, 因此在学习过程中能够获得更强烈的成就感和满足感。因此, 在教学实践中, 针对高职生的教学设计应更多关注如何提升学生的自主学习能力和学习动机。例如, 教师可以设计开放性任务和探索性学习项目, 增强学生在学习过程中的自主性和掌控感, 进一步提升学习愉悦度。

此外, 本科生与高职生在自主学习行为上的差异, 可能源于本科生接受更为系统的学习策略训练和更严格的学业要求。相比之下, 高职生缺乏自主学习的经验和方法。因此, 针对高职生开展教学改革时, 公共英语教师应重点强化学习策略和自主学习行为的培养。教师可以通过引导学生制定个性化的学习计划、设置学习目标和监测学习进度, 帮助学生在英语学习过程中建立自我调控的能力, 最终提升自主学习行为。

另外, 本科生与高职生在英语学习倦怠感方面的差异不显著, 表明不同学历层次的学生在英语学习中可能都面临相似的压力和挑战。在教学实践中, 教师可以通过引入更多互动性和趣味性的教学活动, 帮助学生在获得更积极的情感体验。例如, 通过游戏化教学活动, 设计小组合作活动, 提升学生的学习兴趣, 增强学生的参与度。此外, 公共英语教师应关注学生的英语学习情绪, 及时提供心理支持和学业辅导, 帮助学生建立积极的学习态度, 减少学习倦怠感的产生。

综上所述, 针对本科生与高职生的差异, 公共英语教师可以采取因材施教的教学设计, 强化个性化学习支持和分层教学策略。例如, 可以通过任务驱动、情境化教学和互动学习, 提升学生的学习愉悦感, 减少学习倦怠感。同时, 公共英语教师要注重培养学生的自主学习策略, 帮助他们在学习过程中建立自我调控能力, 关注性别差异在学习过程中的表现, 针对不同性别的学习者提供适应性的教学指导和支持, 提升长期学习效果。在职业院校和本科院校中, 建立系统的学业辅导和心理支持体系, 帮助学生在保持积极的态度和稳定的学习动力。通过上述策略, 公共英语课程不仅能够提升学生的语言能力和学业成就,

还能够促进自主学习能力,提升长期英语学习效果,为学生的未来发展奠定坚实的基础。

参考文献:

- [1] 白欢.混合式教学模式下高职学生英语自主学习能力调查研究[J].职业技术,2022,21(06):90-96.
- [2] 刘洋,张增田.基于扎根理论的高职学生英语在线同步学习倦怠的概念维度及提升策略[J].教育与职业,2024,(16):105-111.
- [3] Dewaele J-M & MacIntyre P D. The two faces of Janus? Anxiety and enjoyment in the foreign language classroom [J] . Studies in Second Language Learning and Teaching, 2014, 4(2):237 – 274.
- [4] 崔雨,孟亚茹.积极心理学视角下自我效能感、外语愉悦与英语水平的关系研究[J].外语研究,2023,40(01):75-80.
- [5] Li, C., Zhang, L. J., & Jiang, G. Conceptualisation and measurement of foreign language learning burnout among Chinese EFL students [J] .Journal of Multilingual and Multicultural Development, 2024,45(4):906-920.
- [6] 陶伟.正念、外语学习倦怠与英语自主学习行为的关系[J].现代外语,2017,40(02):223-231+292.
- [7] 华维芬,冷娜.自主学习与动机调控策略研究[J].外语研究,2017,34(04):49-52.
- [8] 王幼琨.大学生英语学习倦怠对自主学习能力的影 响: 动机调控策略的中介效应[J].山东高等教育,2023,11(04):70-76.
- [9] Li C, Jiang G & Dewaele J-M. Understanding Chinese high school students' Foreign Language Enjoyment: Validation of the Chinese version of the Foreign Language Enjoyment Scale [J] . System, 2018, 76: 183 – 196.
- [10]林莉兰.基于三维构念的大学生英语自主学习力量表编制与检验[J].外语界,2013,(04):73-80+96.

The Exploration of foreign language enjoyment, burnout and learner autonomy between undergraduates and vocational college students

Zhang Jing¹

¹ School of Educational Studies, Universiti Sains Malaysia, Penang, 11800, Malaysia

Abstract: Students at different levels underwent varied language learning experiences particularly in terms of language enjoyment, learning burnout, and self-regulated learning behavior. Through collecting and analyzing survey data, the present study found that there were statistically significant differences between undergraduate and vocational college students in terms of English learning enjoyment, self-regulated learning behavior, and English scores from the College Entrance Exam (Gaokao). However, the difference in English learning burnout was not statistically significant. These findings provide valuable insights for educators and offer empirical guidance for the reform of college-level general English instruction and the development of personalized learning support.

Keywords : Foreign learning enjoyment; learner burnout; self-regulated learning behavior; undergraduate students; vocational college students