

英语学习者自我效能与自主性英语学习能力的研究

任清英

(湖南工业大学 外国语学院,湖南 株洲,412008)

摘 要:从自我效能理论的角度出发,通过问卷和个别访谈对湖南省五所高校 260 名非英语专业大学生英语自我效能和自主性英语学习能力进行调查。研究发现:(1)不同英语水平的非英语专业学生英语学习自我效能水平总体上存在差异:高分组的自我效能水平高于中间组及低分组,中间组与低分组之间也具有显著性差异;高分组在达成目标的信心、完成具体任务的信心和应对困难的信心三个维度上均显著地高于低分组;自我效能与英语水平关系紧密,呈显著正相关。(2)在自主性英语学习能力方面,高分组、中间组和低分组在设定学习目标,使用学习策略,对英语学习进行监控与评估三个变量上均存在显著性差异,在动机方面的差异无统计意义。(3)英语自我效能与自主性英语学习能力之间存在显著正相关关系,说明英语自我效能是影响学生自主学习的一个重要的情感因素。

关键词:英语自我效能;自主性英语学习能力;英语水平
中图分类号:H319 **文献标识码:**A **文章编号:**1674 - 117X(2011)04 - 0108 - 05

Self - efficacy and Autonomous Learning Ability of English Learners

REN Qingying

(School of Foreign Languages, Hunan University of Technology, Zhuzhou, Hunan 412008 China)

Abstract: This paper attempts to examine the current situation of self - efficacy and autonomous English learning ability of Chinese non - English majors and the correlation between them by administering questionnaires to 260 third - year non - English majors. The analysis shows: 1) students with different levels of English proficiency differ in the overall English self - efficacy; the English self - efficacy level of successful learners is higher than that of intermediate and unsuccessful learners while the difference between intermediate and successful learners is also significant, and it is significantly higher than that of unsuccessful learners in terms of the three components of English self - efficacy; English self - efficacy is positively correlated with English proficiency; 2) there exist significant differences among the successful, intermediate, and unsuccessful learners in goal setting, strategy use, and monitoring and evaluation but no differences in motivation; 3) English self - efficacy is significantly and positively related to autonomy in English learning, which reveals that it is an important affective factor influencing learners' autonomy.
Key words: English self - efficacy; autonomous English learning ability; English proficiency

自我效能感(self - efficacy)是个体对自己是否有能力组织和执行某种特定行为的判断,是自信心在某种任务中的具体表现。^[1]个体通过成败经验、替代经验、言语说服、情绪反应等不同途径形成自

我效能感。它通过选择过程、认知过程、动机过程和情绪反应影响个体的成就。Bandura 认为,人们的行为动机受结果期待和效能期待两种因素的制约。结果期待对人们行为的调节作用在很大程度

收稿日期: 2011 - 05 - 13

基金项目: 湖南省高等学校教学改革研究基金资助项目“英语自我效能对学习 者自主影响的研究与实践”(湘教通[2008]278 号)

作者简介: 任清英(1965 -),女,湖南澧县人,湖南工业大学副教授,文学硕士,主要从事第二语言习得与英语语言教学研究。

上依赖于效能期待,因为人除非相信自己能通过自己的行动产生所期待的效果,否则他很少具备行动的动机。国外特别在西方发达国家对自我效能的研究已相当深入,在教育领域中的研究文献也日益增多。现有大量研究表明学生的自我效能感是影响学习成绩的重要变量,与各种学习活动密切相关。国内对自我效能的研究主要集中在中学生自我效能感与归因、学业成就与学习策略的相关研究上,从英语学习自我效能感的角度探讨学习者自主的文献、理论还鲜见报道。

自主学习是一种主动的、构建性的学习过程。学习者自主意味着学习者能为自己确定学习目标,识别学习的内容和进程,选择学习方法和策略,监控学习进程,并评估学习效果。^[2]这一过程受到诸多因素的影响,如认知风格、学习策略、自我效能、个性特点、学习者的性别、年龄等。而自我效能感是影响人们动机和行为的关键因素,能激发和调节学生的自主学习。大学生自我效能感的研究,对提高语言教学效果,促进学生自主学习能力的形成,具有重要的意义。因此,本研究将自我效能与自主性英语学习能力两个因素结合起来,从教育心理学的角度了解不同程度的英语学习者自主学习的心理准备状态,考察它们之间的关系,以及自我效能对自主性英语学习能力的影响,为教师提高学生的英语学习自我效能感及自主性英语学习能力提供理据。

一 研究设计

(一)研究问题

本次研究涉及以下问题:(1)不同英语水平的非英语专业大学生英语学习自我效能和自主性英语学习能力有何不同?(2)英语水平越高的学生是否其英语学习自我效能和自主性英语学习能力就越强?(3)英语学习自我效能与自主性英语学习能力之间的相关性如何?

(二)研究对象

随机选取湖南省五所高校本科非英语专业三年级260名学生进行问卷调查,共收回有效卷250份,其中男生121人,女生129人。由于CET-4是

目前中国比较权威的大型英语考试,具有较高的信度和效度,^[3]因此本研究根据CET-4成绩,将分数超过或等于568分的79人确定为高分组,低于或等于426分的83人确定为低分组,介于这两个分数之间的88人为中间组。

(三)调查工具

工具有三个:英语学习自我效能感问卷、自主性英语学习能力问卷和面谈。

英语学习自我效能感问卷采用李力、陈治安等编制的自我效能问卷。^[4]该问卷包括学生达成英语学习目标的信心,完成英语学习具体任务的信心和处理学习过程中遇到困难信心三个因素,共20个项目。问卷信度检验Alpha值为0.837,内部统一性达到要求。

自主性英语学习能力问卷以Dickinson(1993)对自主学习的界定为基础,^{[2][3][6]}根据徐锦芬等的问卷修改而成。^[5]该问卷经试测后保留28个项目,组成4个变量,即目标设定、策略运用、监控与评估、动机。量表的内部一致性信度为0.909,具有可靠的信度。两个问卷均采用五个等级的李克特量表,要求受试选择,从“1”(我完全不同意)至“5”(我完全同意)。

面谈在描述统计数据的基础上进行,根据英语自我效能水平和自主性英语学习能力的高低,各抽取10人进行面谈。

(四)数据的处理

将回收的问卷数据输入计算机,用SPSS 14.0进行了:(1)揭示受试英语学习自我效能和自主性英语学习能力的平均数和标准差的描述性统计;(2)表征受试英语自我效能和自主性英语学习能力差异的方差分析;(3)确定自我效能和自主性英语学习能力与成绩相关程度的皮尔逊相关分析;(4)揭示自我效能和自主性英语学习能力相关程度的皮尔逊相关分析。

二 结果与讨论

(一)结果

问卷调查统计分析如下(见表1,表2,表3,表4,表5和表6)。

表1 英语学习自我效能描述性分析

英语自我效能	高分组(n=78)		中间组(n=89)		低分组(n=83)		P 值
	平均数	标准差	平均数	标准差	平均数	标准差	
达成目标的信心	3.4573	0.42423	3.3109	0.43315	3.1185	0.51372	0.000
完成具体任务的信心	3.1538	0.39882	3.0871	0.37091	2.9925	0.39977	0.032
应对困难的信心	3.2325	0.31121	3.1843	0.37278	3.0141	0.33648	0.039
英语自我效能感	3.2385	0.31063	3.1534	0.31711	3.0343	0.33138	0.000

表 2 英语学习自我效能不同水平学习者组间多重比较

	英语水平(I)	英语水平(J)	平均差	标准误差	显著性
达成目标的信心	高分组	低分组	0.33879 *	0.07236	0.000
		中间组	0.14640	0.07117	0.123
	中间组	低分组	0.19239 *	0.07002	0.024
完成具体任务的信心	高分组	低分组	0.16138 *	0.06141	0.033
		中间组	0.06677	0.06040	0.544
	中间组	低分组	0.19209 *	0.06892	0.028
应对困难的信心	高分组	低分组	0.16146 *	0.06149	0.035
		中间组	0.04821	0.06309	0.747
	中间组	低分组	0.16214 *	0.05890	0.044
英语自我效能感	高分组	低分组	0.20412 *	0.05045	0.000
		中间组	0.08509	0.04962	0.232
	中间组	低分组	0.16203 *	0.05882	0.043

表 3 自主性英语学习能力的描述性分析

英语自我效能	高分组(n = 78)		中间组(n = 89)		低分组(n = 83)		P 值
	平均数	标准差	平均数	标准差	平均数	标准差	
目标设定	3.4205	0.75496	3.2966	0.70396	2.7783	0.74834	0.000
策略运用	3.3077	0.64441	3.1056	0.69876	3.0048	0.81509	0.028
监控与评价	3.2536	0.60379	3.2422	0.50463	2.9277	0.57511	0.000
动 机	2.7906	0.49399	2.8752	0.63868	2.7845	0.59567	0.522
英语自主学习能力	3.1442	0.42762	3.1049	0.43681	2.8688	0.53064	0.000

表 4 不同水平学习者自主性英语学习能力组间多重比较

	英语水平(I)	英语水平(J)	平均差	标准误差	显著性
达成目标的信心	高分组	低分组	0.33879 *	0.07236	0.000
		中间组	0.14640	0.07117	0.123
	中间组	低分组	0.19239 *	0.07002	0.024
策略运用	高分组	低分组	0.30287 *	0.11415	0.031
		中间组	0.20207	0.11227	0.200
	中间组	低分组	0.10080	0.11045	0.660
监控与评价	高分组	低分组	0.32585 *	0.08839	0.001
		中间组	0.01136	0.08694	0.991
	中间组	低分组	0.31449 *	0.08553	0.001
动 机	高分组	低分组	0.00613	0.09184	0.998
		中间组	-0.08456	0.09033	0.646
	中间组	低分组	0.09068	0.08887	0.595
自主性英语学习能力	高分组	低分组	0.27547 *	0.07371	0.001
		中间组	0.03468	0.07249	0.892
	中间组	低分组	0.24079 *	0.07132	0.004

表 5 英语水平与英语自我效能和自主性
英语学习能力的相关系数

英语水平	英语自我效能	英语自主学习能力
	0.314 **	0.306 **

表 6 英语自我效能与自主性英语学习能力的相关系数

英 语 自我效能	目标 设定	策略 运用	监控 与评价	动 机	英语自主 学习能力
	0.442 **	0.455 **	0.454 **	0.366 **	0.515 **

n = 250 * P < 0.05 ** P < 0.01 *** P < 0.001

n = 250 * P < 0.05 ** P < 0.01 *** P < 0.001

(二)讨论

表1显示,高分组、中间组以及低分组总体自我效能感均值都高于3,除低分组学生完成具体任务的信心,三组受试在达成目标的信心,完成具体任务的信心,应对困难的信心三个维度上的均值也都高于3,介于3和4之间,说明非英语专业大学生英语学习自我效能总体上处于中等水平。方差分析结果表明(见表2),高分组与低分组在英语学习自我效能感总体及其三个变量上存在显著差异,中间组的英语自我效能感也显著高于低分组,均达到显著性水平(P 值均小于0.05)。自我效能感强的高分组对自己的英语学习能力充满信心,面对困难能够投入更多的努力和时间,所以在学习中有更积极的态度和情感,更少的焦虑。而低分组受试者则对自己的学习英语的能力没有信心,为自己确定比较低的容易达到的学习目标,面临困难往往轻易放弃。在情感过滤假说(the affective filter hypothesis)中,Krashen把自信心、态度、动机、焦虑等情感因素看作是可以调节的过滤网,自信心强、焦虑感低、学习动机水平高,“情感过滤”程度就低,那么他们的语言输入量大,输入效果更好;如果自信心弱、焦虑感强、学习动机水平低即“情感过滤”过强,语言输入就会受到阻碍,因而语言输入量就小,输入效果也差。面谈中,当被问及“你相信自己有能力学好英语吗?”所有自我效能感强同时英语成绩又属于高分组的受试者回答极为相似,都觉得自己学习英语的能力不错;而60%的自我效能感低的受试者坦言,他们对自己的英语学习没有足够的信心,缺乏明确的学习目标,把英语学习当作一种负担,体会不到学习的乐趣。因此,不同的英语自我效能的学生在学习态度、学习方式和努力程度等方面存在差异,进而导致不同的英语学习成绩。由此可见,自我效能感水平是影响学生学业成绩的一个重要的情感因素。

从表3中可以看出,参加调查的学生在目标设定、策略运用、监控与评估三个变量上的平均值高于3,而在动机变量上的平均值低于3,因此总体上看,非英语专业大学生自主性英语学习能力不强。组间多重比较结果表明(见表4),高分组与低分组在自主性英语学习能力总体及目标设定、策略运用、监控与评估三个变量上存在显著差异,中间组的自主性英语学习能力也显著高于低分组,均达到显著性水平($P < 0.05$)。这就意味着,能否自觉、正确地运用学习策略,通过自我计划、自我调节及自我评价来调控自己的整个学习过程是造成学生成绩差异的一个重要因素。皮尔逊相关分析结果也显示,英语水平与自主性英语学习能力呈正相关($r = .306$)(见表5),这说明学习自主性能够在一定程度上预测英语

学习成绩,培养学生的学习自主性显然能够提高学生的学习和成绩。出乎意外的是,三个受试组在英语学习动机变量上的差异无统计意义, P 值大于0.05,这表明,本研究中的大多数受试,无论成绩优劣,都将学好英语视为个人事业发展的重要条件。这一结果与其他学者的研究结论相异,^[6]但令人鼓舞。同样值得关注的是,三组受试者在自主学习动机上的平均数均小于3,说明受试者的英语学习动机水平偏低,这可能是所选受试者为三年级学生,他们已不开设英语课,更为关键的是四级考试后学生学习英语的劲头锐减,且多数学校对于通过六级考试没有要求,导致学生的英语学习动机强度减弱。面谈中,67%的受试者坦言,通过大学英语四级就能取得毕业证,而且由于工作市场竞争日益激烈,他们投入了大量的精力和时间去寻找工作或做兼职,因而导致他们学习英语的热情降低。不过,经过进一步的皮尔逊相关分析发现,英语水平与受试者的内在动机存在一定程度的相关($r = 0.250$),达到显著性水平($P = 0.027$),因此,培养学生的内在兴趣动机有助于他们成为优秀的自主学习者。

皮尔逊相关结果显示,英语自我效能与自主性英语学习能力之间存在显著正相关,相关系数 r 高达0.515(见表6),显著性概率 $P = 0.000$ 。说明自我效能感水平越高的学生自主性英语学习能力越强。英语自我效能与自主性英语学习能力的四个变量之间的相关也达到了极其显著的水平。在目标设定、策略运用、动机和监控与评估中,英语自我效能与策略运用间的相关关系最为紧密($r = 0.455$)。这一结果与Pintrich & De Groot的研究完全吻合。自我效能感较强的学生在自主学习中具备较强学习策略意识及灵活、恰当地使用策略的能力;而自我效能感低的学生,策略运用水平也比较低。英语自我效能和监控与评估之间也存在显著正相关($r = 0.454$),这一强度与Zimmerman和Pajares的发现一致。^[8]说明自我效能感强的学生具有较高的元认知水平,对自己的自主学习过程和方法的有效性进行监控、评估并做出及时相应的调整,善于选择适合自己的学习目标、途径、策略,因而形成较强的英语自主性学习能力。英语自我效能与目标设定关系紧密($r = 0.442$),自我效能感强的学生有明确地阶段性目标和长期目标,能很好地安排、计划自己的英语学习,适时适度地选择自己的学习内容与方法。英语自我效能与动机之间的相关系数为0.366, P 值小于0.05,可以说他们之间存在显著的正相关关系。说明英语自我效能感是影响学生学习的一个重要的动机性情感因素,自我效能感水平越高,学生自主学习英语的动机越强,因而会促使他们产生强烈的求

知欲,使他们在学习中体验成功,表现出良好的学习自主性。同时,动机是引起、维持学习者学习活动并使该学习活动趋向教师所设定目标的内在心理历程,是直接推动学习者学习的内驱力。动机水平较高的学生更有可能在学习中体验成功,而成败经验即个体对自己实际活动的成就水平的感知,是自我效能感获得最具影响力的途径,多次成功的体验会增强学生在学习上的自我效能感。与自我效能感水平高的学生面谈证实,他们中有80%的受试者能根据自己的实际情况制定具体的、能够完成的学习目标,学习具有计划性,而且善于落实计划,对自身的学习活动进行自我监控、自我管理和自我评价,拥有更多的元认知知识。

三 结论与启示

(一)结论

本研究得到的结论如下:(1)不同英语水平的非英语专业学生英语学习自我效能水平总体上存在差异:高分组的自我效能水平高于中间组及低分组,中间组与低分组之间也具有显著性差异;高分组在达成目标的信心、完成具体任务的信心和应对困难的信心三个维度上均显著地高于低分组;自我效能与英语水平关系紧密,呈显著正相关,英语水平越高,自我效能感越强;反之,英语水平越低,自我效能感越弱。(2)在自主性英语学习能力方面,高分组、中间组和低分组在设定学习目标,使用学习策略,对英语学习进行监控与评估三个变量上均存在显著性差异,高分组和中间组的自主性英语学习能力明显高于低分组,但在动机方面的差异无统计意义;英语水平与自主性英语学习能力之间存在显著正相关关系。(3)英语自我效能与自主性英语学习能力之间呈显著性正相关;在自主性英语学习能力四个维度中,策略运用与自我效能的相关关系最为紧密,其次是自我监控与评估和目标设定,动机与自我效能相关最低。

(二)启示

在英语教学实践中,教师应关注学习主体在外语学习过程中的作用,提高学生的英语自我效能水平,培养学生良好的心理品质,注重从情感和心理的角度寻找学习者自主性英语学习能力提高的实现方式。具体来说,(1)为学生创造体验成功的机会。以往成功的经验能够提高学生的自我效能感,多次的失败经历会让学生对自己的学习能力产生怀疑。教师可帮助不同水平的学生设置符合他们的“最近发展区”范围的学习任务,提供可理解性输入(comprehensible input),让他们各自在学习活动中体验成功的喜悦,获取更多的成功的经验。(2)鼓励学生进行

积极的自我暗示,自我效能低的学生在选择和完成任务时常流露出“我不能”的信念。教学中,教师应鼓励学生将“我不能”的信念改变为“我能”的信念。(3)培养学生正确、积极的归因方式。教师应引导学生将成功归因于内部的稳定因素(能力和努力),将失败归因于内部的可控因素(努力不足),这种积极的归因方式能增强学生的自我效能感。(4)为每个层次的学生树立适当的榜样。当学生看到与自己水平相当的榜样获得了成功,会增强自我效能感,认为自己也能完成同样的任务。(5)指导学生根据自己的实际情况制定短期或长期的英语学习目标,以便学生可以经过一段时间的努力实现那些目标,从而有效地完成自主学习任务。(6)培养学生恰当运用学习策略的能力,如认知策略和元认知策略相结合的训练能提高学生认知和元认知水平,增强学生自我监控与评估的能力。(7)鼓励合作学习,多设计Pair work及Group work等课堂学习活动,通过小组成员的合作,促进学生自主学习能力的形成。

当然,本研究还存在着许多不足,如样本数量不大,自主性英语学习能力问卷涵盖因素过少,以及将受试者划分为不同英语水平的群体时缺乏精确的标准。但希望该研究成果能对于中国语境下大学英语个性化教学模式构建有所启示。

参考文献:

- [1] Dickinson, L. Talking shop: aspects of autonomous learning [J]. ELT Journal, 1993, 47(4): 330-336.
- [2] 马王超. 认识自己,善待分数——CET成绩释疑[J]. 外语界, 2000(3).
- [3] 李力,陈治安,蒋宇红. 策略·风格·归因——学会学英语[M]. 上海:上海外语教育出版社, 2006:56.
- [4] 徐锦芬,彭仁忠,吴卫平. 非英语专业大学生自主性英语学习能力调查与分析[J]. 外语教学与研究, 2004(1):64-68.
- [5] 郝玫,郝若平. 英语成绩与成就动机,状态焦虑的相关研究[J]. 外语教学与研究, 2001(2).
- [6] 丰旭红. 对电大英语专业学生英语学习策略和英语自我效能感的调查研究[D]. 上海:上海外国语大学英语学院, 2008.
- [7] Zimmerman, B. J. Self-efficacy: an essential motive to learn [J]. Contemporary Educational Psychology, 2000, 25:82-91.
- [8] Pajares, F. Gender and perceived self-efficacy in self-regulated learning [J]. Theory into Practice, 2002, 41(2): 116-125.