

# 后疫情时代河南大学生英语课堂口语焦虑： 成因与启示

申策今

上海体育大学，中国·上海 200120

**摘要：**随着英语口语重要性日益显现，大学生英语口语焦虑逐渐成为研究者关注点。本文旨在讨论后疫情时代背景下，教学方式由线上教学转变为线下教学后，生源地为河南的大学生的英语课堂口语焦虑，并尝试为改善焦虑提供建议。本研究采取问卷调查和访谈相结合的方式，通过 SPSS26.0 软件进行数据分析，发现焦虑主要来自高中英语学习影响、周边环境影响、教学方式转变等，需要通过高中、教师、个人、同学共同努力去解决。

**关键词：**后疫情时代；英语口语；英语学习

---

【作者简介】申策今（2004-），上海体育大学新闻与传播学院汉语国际教育专业在读本科生，从事语言习得研究，邮箱1509722890@qq.com。

## 0 引言

随着国际交流的增多, 英语交流的重要性日益提升, 英语口语的学习也在大学英语学习中占据重要地位。在此背景下, 大学生英语课堂口语焦虑逐渐走入研究者视野。英语口语焦虑是指处于特定英语学习环境中的学生在英语口语互动中表现出的紧张不安和恐惧怀疑状态<sup>(1)</sup>。主要表现为害怕说错、一旦面对口头表达时就容易产生紧张和不安、在众人面前害怕开口说英语<sup>(2)</sup>。根据焦虑的表现, 外语焦虑可分为考试焦虑、负性评价焦虑和交际焦虑。在外语学习中, 焦虑是重要的情绪因素, 由焦虑引起的情绪状态或主观的恐惧、紧张和担忧的感觉在学习者的语言学习中具有重要的影响。Krashen 发现, 学生的焦虑程度越高, 英语口语水平越差<sup>(3)</sup>; Young 在 1991 年将口语焦虑来源分为学生个人性格、来自同伴的压力和来自老师的压力三个来源<sup>(4)</sup>; 李容晨将中国大学生英语口语焦虑成因分为内部和外部, 认为是学生和教师双向的结果<sup>(5)</sup>; 赵子琳、段方晨研究了网课教学中英语口语焦虑产生的原因, 认为在网课中来自同伴的压力会弱化<sup>(6)</sup>。

在后疫情时代, 经历线下线上等多种教学方式的变化, 大学生英语学习也经历了很大的变化。本研究希望通过问卷调查以及访谈的方式, 着重研究疫情前后时代大学生英语口语焦虑来源的变化, 系统分析后疫情时代河南大学生英语口语课堂焦虑的成因, 并对此提出建议。

## 1 研究过程及结果分析

本研究主要采用问卷调查和访谈的调查方法, 共有 30 人参与。以下是本次研究的研究过程及结果。

### 1.1 问卷调查

#### 1.1.1 研究对象

本次研究对象生源地为河南的大学生, 在大学生中进行随机抽取的样本, 这些样本英语水平不同, 口语学习状况也不尽相同, 目前在全国各地不同大学。

#### 1.1.2 研究工具

基于我国对英语口语研究情况, 本研究采

取赵子琳、段方晨设计的问卷, 并在此基础上进行适当改编。该量表脱胎于 Horwitz 等人设计的 FLCAS 量表, 对我国大学生网课时期英语口语焦虑情况进行调查, 取得较好成绩。本次问卷在该问卷基础上 12 个问题的基础上新增英语口语水平调查以及 4 个关于线上线下对比问题, 并基于大环境对问卷做了一定改编。本问卷共包含 20 个题目, 前 5 个题目主要用于了解参与者基本情况, 后 15 个选项为问题, 其中第 16 题为干扰题目。经核验, 本问卷信度系数为 0.918。问题设计主要从个人性格 (6、7、8)、同伴 (9、10、11)、老师 (12、13、14、15) 以及教学方式转变 (17、18、19、20) 四个维度出发, 采用李克特五点评分法, 每个问题共 5 个选项, 分别为“完全不同意, 不同意, 一般, 同意, 完全同意”, 依次对应 1-5 分, 并采用 SSPSS26.0 进行数据分析。

#### 1.1.3 数据收集

在做好问卷后通过微信朋友圈发放, 在收到反馈后, 发现有 24 位学生仅作答了部分题目, 从而导致问卷失效, 无可研究性, 因此最终收到 16 份有效调查问卷。

#### 1.1.4 结果

根据问卷调查以及访谈相关情况进行研究分析, 研究结果如表 1 所示。

表 1 问卷调查结果

描述统计						
	N	最小值	最大值	均值	标准偏差	方差
同伴	16	4	15	9.19	2.857	8.163
个人性格	16	3	12	8.06	3.065	9.396
教师	16	4	20	12.50	4.487	20.133
教学方式转变	16	5	18	9.38	3.793	14.383
总分	16	22	63	42.06	12.195	148.729

在正式问卷调查开始前, 先对学生英语口语水平进行调查, 仅有一人认为自己能用英语对自己熟悉的题材进行口头交际, 完全没有困难, 即英语口语较好, 93.75% 的人认为自己存在英语口语焦虑。正式问卷调查总分为 15-75 分, 得分越高, 英语课堂口语焦虑程度越高。根据调查结果显示, 参与者的最高分为 63 分, 最低分为 22 分, 均值为 42.06 分。根据参与者自我认知以及受访结果, 认为得分 30 分以下

为基本不焦虑，30分以上则属于焦虑，50分以上则属于重度焦虑。参与者均值为42.06，说明参与者焦虑程度总体呈现中等偏高。

从不同维度来看，教师的均值为12.50，对于英语课堂口语焦虑产生影响最大，有43.75%的参与者表示害怕在老师面前出错，50%的参与者认为口语难以进步的原因是缺乏教师正确引导；教学方式转变均值为9.38，有37.5%的参与者认为线下主动发言会更尴尬，43.75%的参与者认为线上发言比线下发言更舒服；其次是同伴，平均值为9.19，仅有31.25%的参与者认为自己不害怕在同学面前出错，有43.75%的参与者害怕说错被其他同学嘲笑；个人性格影响最小，平均值为8.06，有31.25%的人认为自己无论是否准备充分还是会害怕发言并且发言会感到尴尬。从上述结果中可以看出，相较于个人内部因素，同伴和教师等外部环境因素对于河南大学生英语课堂口语焦虑影响更大，他们的口语表达与交际的意愿相对较低。

## 1.2 访谈

研究者对部分问卷参与者进行追踪调查，询问其关于英语课堂口语焦虑相关问题。访谈提纲如下：

### 关于后疫情时代河南大学生英语课堂 口语焦虑访谈

#### 1. 访谈主题

后疫情时代河南大学生英语课堂口语焦虑成因。

#### 2. 访谈目的

了解后疫情时代河南大学生课堂口语焦虑成因，并用于开展后续研究。

#### 3. 访谈方式

线上视频采访，录音采访。

#### 4. 访谈时间

2024年1月15日至1月30日。

#### 5. 访谈对象

生源地为河南的大学生。

#### 6. 访谈内容

6.1 受访者基本信息介绍（来自哪个大学、今年大几、就读什么专业等）。

6.2 受访者英语口语情况（基本情况、自我评价、使用频率、使用方式、使用场景等）。

6.3 受访者英语课堂口语使用情况（使用频率、使用场景、使用对象、自我评价等）。

6.4 受访者英语课堂口语焦虑（产生表现、产生场景、产生原因及其可能性分析）。

## 7. 访谈准备

访谈采取线上会议方式进行，访谈前应提前和受访者商量访谈时间以及会议号等内容，并在开始前提醒受访者；访谈应明确告知访谈者目的，经其同意后方可用于后续研究。

其中，大多数受访者认为相比于线上授课，线下英语课堂口语焦虑程度更高。部分受访者认为，由于性格原因线下面对老师和同学感觉更有压力；部分受访者认为，与线上相比，线下发言更紧张也更担心出错。这些访谈从一定程度上佐证了研究结果并为研究提供帮助。

## 2 大学生口语焦虑成因分析

结合上述研究结果以及访谈，主要将成因分为高中英语学习影响、周边环境影响、教学方式影响等四类。

### 2.1 高中英语学习影响

河南为应试高考大省，在高中英语教学中产生很多问题。其一，高考重笔试轻口语的规则使学生将大量经历投入笔试中，对于交流和表达方面有所欠缺，尤其是不考听力考试更是加重了这种情况，导致学生英语口语水平总体偏弱；其二，教师教学重心并非在口语，对于学生表达交流以及口语提升也并不重视；同时，由于师资力量问题，城镇和乡村英语教学质量水平存在差异。这一点在吴祚安的研究中也有所体现，他将这种情况归结为学生个人因素，但忽视了环境对于学生二语习得的作用<sup>(7)</sup>。这种情况呈现在数据中，表现为众多参与者认为口语难以进步的原因是缺乏教师正确引导。

### 2.2 周边环境影响

根据问卷调查，93.75%学生认为自己英语口语水平不高，且多数学生认为自己有相当程度的英语口语焦虑，这或许与周边环境有关。张伟认为，19、20岁学生在学习和使用英语的规程中会下意识与其他学生进行比较<sup>(8)</sup>。当学生在与同学和教师进行交流后发现发现自己的英

语水平距周围同伴平均水平以及教师预计水平有一定差距或相距甚远时,这无疑会加重学生的自卑心理以及焦虑程度,从而使学生更加害怕使用英语口语表达与交流,从而导致恶性循环。在这个过程中,周围同学和老师的一些看似合情合理的言论和行为都会极大地刺激学生心理,更别提某些同学的恶意嘲笑和老师的不当引导。根据 Horwitz.E.K 的负评价恐惧理论,这些行为会加重怕出错、在意他人看法、担心负评价这一易引起焦虑的心理现象。这在数据中表现为教师和同学因素均值较高,高于个人性格因素<sup>(9)</sup>。

### 2.3 教学方式的转变

疫情期间众多高校采用线上教学模式,在网络环境下产生许多有别于线下学习的学习焦虑<sup>(10)</sup>;同样,疫情结束后再次经历教学方式转变,学生也会因此产生学习焦虑。根据调查问卷显示,多数学生认为在线上发言比线下发言更舒服。这可能因为线上教学师生通过屏幕隔空对话,在极大程度上可以减少学生的恐惧心理,增强学生安全感;同时,由于网络技术问题,教师在网络授课过程中也会产生许多技术问题,刘子怡、谈真认为这是导致学生焦虑的重要问题之一<sup>(11)</sup>。但根据本次访谈结果可知,部分学生认为教师产生的技术问题从某种程度上有助于打破教师在学生心中绝对权威形象,有助于拉近学生与教师距离、减少学生畏惧心理;同时,教学方式的转变有助于改变传统英语课堂讲授的单一被动<sup>(12)</sup>,促使教师寻求更多样方法进行教学。而由线上转为线下,尤其是在经历长期网课教学后,教学方式回归从前,部分学生会感到不适从而引发焦虑。

## 3 对英语口语教学的启示

由上述研究可知,后疫情时代英语课堂口语焦虑面临很多新的问题和挑战。因此,为更好进行英语口语学习,可从以下方面进行努力。

### 3.1 对高中英语口语教学的启示

而生源地为河南的大学生进入高中普遍存在因英语口语基础薄弱而产生的英语课堂口语焦虑问题。解决该问题,应该从根源抓起。李

容晨认为,学生英语基础薄弱是导致英语学习焦虑产生的重要因素<sup>(5)</sup>。张伟认为,除了学生主观性因素及教学因素外,社会环境、高校管理制度、学生家庭、学生校园生活、学生物质生活、学生社交关系等现实问题都会对学生的思想观念和心理健康产生影响。在高中英语教学中,除了教师有意转变教学重心、增添口语相关教学内容,学校、家长应联合促进学生表达与交流能力培养,改变“唯分数论”,推动“双减”政策与素质教育推行,为学生提供良好口语学习环境。

### 3.2 对大学教师英语

付丽丽认为,在教学过程中教师要善于引导学生主动学习,做学习的主人<sup>(13)</sup>。教师在教学过程中居于主导地位,应充分发挥好教师作用。在备课过程中,教师应充分考虑到各学生英语水平差异,根据学生不同英语水平设置教学内容;在课堂上,教师应采取愉快教学,给予学生积极情绪体验,不仅要采取多种教学方式吸引学生注意力、激发学生学习兴趣,也要加强对学生的肯定,少批评、多鼓励,少惩罚、多沟通,改变原有上课态度,增加对学生的亲和力;在课堂外,可以积极与学生进行沟通,帮助学生解决问题,提升自信心和口语水平<sup>(14)</sup>。

### 3.3 学生

王策三认为,在教学过程中是“教师主导学生主体”,教学应教学生“学”<sup>(15)</sup>。英语口语学习也是如此,学生为主体,应勇于尝试和突破,充分发挥主观能动性主动学习<sup>(16)</sup>。学生要克服畏难情绪、面子问题等阻碍学习的自身因素,勇于尝试和突破舒适区,积极参与英语课堂口语学习和交流。在课余时间,学生可以通过看美剧、英剧或跟读英语名著等方式来提高英语口语水平,也可以寻求老师帮助在课余时间进行口语学习。总而言之,内因是事物发展的决定性因素,学生只有主动学习提升英语口语才有机会在教师、同伴的配合下提升英语口语水平。

### 3.4 同学

轻松愉悦的课堂氛围有助于减少英语课堂口语焦虑,提升学习者自信心。同学作为与学

习者日常学习生活接触最紧密的人,对于学习者提升英语口语、克服口语焦虑起到重要作用。在课堂上,同学可以协助学习者进行口语表达和交流以及完成老师布置的相关任务,营造轻松愉悦课堂气氛;在课外,同学可以充分发挥朋辈互助作用,减轻学习者对于英语口语的负面情绪同时帮助他们提升口语。

## 4 结语

大学生英语课堂口语焦虑是影响大学生英语学习以及交流与表达的重要因素。尤其是在后疫情时代,经历了教学方式的转变,生源地为河南的大学生面临高中英语学习影响、周边环境影响、教学方式转变等多种因素导致的英语课堂口语焦虑。为解决这一难题,需要通过高中、教师、学习者自身以及同学多方面共同发力,提升自信心以及口语水平,促进学生英语口语表达和交流,从而缓解英语课堂口语焦虑。

但本研究也存在很多不足之处:①本研究样本数量过少,需要在后续研究中收集更多案例来进一步论证研究的科学性。②本研究仅通过问卷调查与访谈的方式收集相关数据,并非纵向研究,无法很好证明高中时期英语学习对于大学时期英语口语课堂焦虑的作用。③因为调查研究主要在线上进行,未曾深入实地调查,所以不够深入,具体性建议和启示也较少,需要进一步研究说明。希望在后续研究中可以进行长时间实地调查跟踪的纵向调查,从而做好更进一步研究。也希望本研究可以为后续研究与教学提供帮助,帮助学生克服英语课堂口语焦虑,更好学习英语。

### 【参考文献】

(1) SPIELBERGER, C. D. Manual for the state-

trait anxiety inventory[M]. Palo Alto, CA: Consulting Psychologists Press,1983.

(2) 蒋汶儒.初中二年级学生英语口语焦虑现状研究[J].校园英语,2023(29):22-24.

(3) KRASHEN S D. Principles and Practice in Second Language Acquisition[M]. Oxford: Pergamon,1982.

(4) YOUNG. D.J. Creating a low-anxiety classroom environment: what does the language anxiety research suggest[J]. Modern Language Journal, 1991,75, 426-437.

(5) 李容晨.中国大学生英语口语焦虑成因及对策研究[J].校园英语,2023(13):37-39.

(6) 赵子琳,段方晨.基于网课环境下大学英语教学中的口语焦虑研究[J].海外英语,2023(20):88-90.

(7) 吴祚安.影响大学英语学习的语言焦虑[J].湖北经济学院学报(人文社会科学版),2010,7(1):198-199.

(8) 张伟.英语教学中语言焦虑成因及应对策略浅析[J].黑河学院学报,2018,9(1):123-124.

(9) Horwitz.E.K., Horwitz.M.B., Cope.J. A. "Foreign Language Classroom Anxiety"[J]. Modern Language Journal, 1986(70):125-132.

(10) 熊苏春.基于网络环境的大学生语言学习焦虑与学习策略使用之关系研究[J].外语电化教学,2012(6):66-71.

(11) 刘子怡,谈真,汤慧桃,等.疫情期间外语专业学生外语网课焦虑情感研究[J].海外英语,2021(23):41-43.

(12) 颜妮娜,李瑾.浅谈大学英语“慕课”教学的优势及启示[J].英语广场,2017(4):126-127.

(13) 付丽丽.情感渗透在提高学生英语学习兴趣及学习效果上的作用[J].资治文摘(管理版),2010(2):67.

(14) 尹文山,杜文娟.分析大学实用英语教材设计的指导思想及教学方法——一项基于《享在剑桥》教材的二维理论验证分析[J].语言与文化研究,2011(1):63-67.

(15) 王策三.论教师的主导作用和学生的主体地位[J].新课程教学(电子版),2018(1):126-128.

(16) 陈佩佩.大学英语学习中语言焦虑的成因及优化策略[J].西部素质教育,2017,3(20):78-79.