

# 高中生英语写作焦虑与自我效能感的关系研究

王佳琪, 尹静

北京交通大学语言与传播学院

**摘要:** 本研究以某公立高中高二年级101名学生为调查对象, 采用问卷调查的方式, 研究其英语写作焦虑与英语写作自我效能感的现状, 探讨高中生英语写作焦虑与英语写作自我效能感之间的关系, 以为高中英语写作教学提供启示。研究发现, 高中生在“回避行为”维度的英语写作焦虑程度较高; 英语写作技能效能感略高于任务效能感; 高中生在“躯体焦虑”和“认知焦虑”维度的英语写作焦虑与其英语写作自我效能感之间存在显著的负相关性。提升学生的英语写作自我效能感将有效缓解学生的英语写作焦虑。

**关键词:** 英语写作焦虑; 英语写作自我效能感; 高中英语写作教学

---

## A Study on the Relationship Between English Writing Anxiety and Self-Efficacy of Senior High School Students

Jiaqi Wang, Jing Yin

School of Language and Communication Studies, Beijing Jiaotong University, Beijing, China

**Abstract:** 101 students in the second year of a public high school were surveyed by means of a questionnaire to investigate the current situation of English writing anxiety and English writing self-efficacy, and to explore the relationship between high school students' English writing anxiety and English writing self-efficacy, with a view to providing insights for high school English writing teaching. The study found that high school students' English writing anxiety was higher in the dimension of "avoidance behavior"; English writing skill efficacy was slightly higher than task efficacy; high school students' English writing anxiety was higher in the dimensions of "physical anxiety" and "cognitive anxiety"; and high school students' English writing self-efficacy was higher in the dimension of "avoidance behavior" than task efficacy. There is a significant negative correlation between high school students' anxiety in English writing and their self-efficacy in English writing in the dimensions of "somatic anxiety" and "cognitive anxiety". Enhancing students' English writing self-efficacy will effectively alleviate students' English writing anxiety.

**Keywords:** English writing anxiety; English writing self-efficacy; Senior high school English writing teaching

---

### 1 引言

写作是英语学习的四大基本技能之一, 其重要性不言而喻。但在高中英语教学中, 由于写作在考试中占比较低、写作对学生的英语综合水平要求较高, 导致师生对英语写作并未引起足够的重视, 难

以有足够的进行高水平的英语写作。英语写作课的课时数远远少于听力、阅读、口语课, 且许多教师在写作课中仅仅教授学生“万能句型”, 要求学生背诵“写作模板”, 学生的英语写作呈现出千篇一律的流水线状态, 写作质量不尽如人意, 学生对英语写作的积极性不高。此外, 高中生正处于心

理较为敏感的青春时期，面对升学压力，在学习生活中难免产生心理波动，引发焦虑的状态。如此主观客观因素共同影响，高中生的英语写作焦虑与其英语写作自我效能感的目前状况如何，值得引起关注。本文试考察高中生的英语写作焦虑和英语写作自我效能感现状及其之间的关系，以期引起各界关注高中生心理层面因素对英语写作乃至全科学习的影响，启示高中学校教育不仅要追求好成绩、高升学率，也应着力关注学生的心理状况，帮助学生完善人格，全面发展。

本文主要的研究问题有：（1）高中生的英语写作焦虑水平如何？（2）英语写作自我效能感水平如何？（3）高中生的英语写作焦虑与其英语写作效能感之间有无相关性？若有，是何种相关性？

基于以上研究问题，本文提出以下研究假设：

（1）高中生的英语写作焦虑处于中等水平；（2）高中生的英语写作自我效能感处于中等水平；（3）高中生的英语写作焦虑与其英语写作效能感之间呈显著的负相关性。

## 2 文献综述

国内对英语写作焦虑的研究主要是探讨不同的写作教学模式对英语写作焦虑的影响，研究对象大多为大学生。郭燕（2011）[1] 研究发现“写长法”通过鼓励式批阅、百分制分项量化评分和提供大量语言输出实践机会，能有效降低非英语专业本科生的写作焦虑，提高学生写作能力。吴育红、顾卫星（2011）[2] 研究结果表明，合作学习能够显著降低非英语专业大学生的英语写作总体焦虑、躯体焦虑和评价焦虑。吴荣辉、何高大（2014）[3] 的研究同样印证了合作学习能帮助大学生克服写作困难和写作焦虑。郭士香（2016）[4] 以高职英语专业学生为研究对象，发现 AAWP 英语写作教学模式可以有效降低学生的写作焦虑。

国内对于英语写作自我效能感的研究对象主要为大学生，且许多学者将自我效能感与其他二语学习中的相关变量结合，进行相关性研究、影响研究。何艳群、郑玉琪（2013）[5] 研究发现英语专业学生写作自我效能感与多项写作策略呈显著相关关系。王湘霖（2018）[6] 考查了动机变量对大学英语写作的影响，结果表明写作成绩与写作自我效能感显著相关，与写作动机不存在显著相关。还有学者从教学方法模式的角度对大

学生的英语写作自我效能感进行实证研究。孟彦莉（2011）[7] 研究发现将多媒体、网络与传统写作课堂相结合的混合式大学英语写作教学，能显著提升学生的写作水平，有利于培养学生的英语写作效能感。吴育红（2013）[8] 研究发现同伴互评能够显著提高非英语专业大学生英语写作自我效能感。少数学者将调查对象聚焦于非大学生群体。顾世民、李莉萍（2018）[9] 的研究结果表明，初中生能够使用多项写作策略，总体使用水平不高；初中生英语写作策略与写作自我效能感之间均存在不同程度的正相关关系。

基于上述文献回顾可以发现，国内有关英语写作焦虑和自我效能感的研究对象范围不够广泛。高中生群体经过课内课外多年的英语学习，已具备一定的英语写作经历和能力。同时，高中生处于将近成年的青春时期，心智发育逐渐成熟，形成了一定的价值观，但其自我认知未必成熟，或许还会存在焦虑、抑郁等心理问题。因此，关注高中生在英语写作中出现的焦虑状态以及了解他们的英语写作自我效能感，不仅对于提高学生的英语写作成绩有帮助，更对学生成长为身心健康、人格完善、乐于求知的人有很大帮助。本文试研究高中生这一群体英语写作焦虑、自我效能感的现状及二者之间的关系，以期引起社会、师生、家长对于高中生因英语写作引发的心理状态变化的关注，寻求更好的方式提升学生的英语写作水平，培养学生综合素质。

## 3 研究方法

本研究采用问卷调查的方法，并使用 SPSS 26.0 对问卷数据进行量化分析。本研究使用的问卷参考了 Cheng（2004）[10] 设计的二语写作焦虑量表（SLWAI）和李航（2014）[11] 编制的大学生英语写作自我效能感量表，并结合本研究的具体情况做了修改。本研究的调查对象为高中在校生，与李航（2014）[11] 所研究的对象大学生英语水平存在较大差异。因此，本研究根据高中英语写作考试以及日常英语写作课堂中常练习的文体（议论文、说明文、记叙文、书信等），对原问卷中“任务效能感”部分做了修改调整。经调整后的问卷共分为三部分，共 35 题。第一部分为个人信息，第二部分为调查英语写作焦虑的 18 个题目，分为三个维度即躯体焦虑、回避行为、认知焦虑，第三部分为调查英语写作自我效能感

的15个题目,分为两个维度即任务效能感和技能效能感。问卷采用李克特五级量表,每个题目下有从“很不同意”至“很同意”五种程度的回答。

依托“问卷星”平台,选取了山东省某高中高二年级学生为调查对象(男性46人,女性55人),线上发放并回收问卷108份。为保证收集的数据质量,问卷中设计了反向计分的题目,经筛选后,剔除无效问卷7份。有效问卷101份,问卷有效回收率93.5%。将问卷数据录入SPSS 26.0,经过信效度检验,问卷的克隆巴赫系数为0.933, KMO值为0.881,均大于0.8,说明本研究使用的问卷信效度检验合格,具有良好的信度和效度,适合进行进一步分析。

## 4 结果与讨论

参与研究的高中生英语写作成绩(满分25分)如表1所示,呈正态分布,适宜进行后续数据分析。

表1 高中生英语写作成绩描述性统计

| 成绩     | 人数 | 占比   |
|--------|----|------|
| 10分以下  | 7  | 6.9  |
| 11-15分 | 41 | 40.6 |
| 16-20分 | 31 | 30.7 |
| 20分以上  | 22 | 21.8 |

### 4.1 高中生英语写作焦虑水平

由表2可知,参与本调查的高中生在英语写作焦虑的“回避行为”维度的平均得分最高,说明在该维度高中生的英语写作焦虑程度最高,“认知焦虑”维度的平均得分最低,说明高中生在该维度的英语写作焦虑程度最低。英语写作焦虑的“回避行为”表现为极力地避免使用英语进行写作。参与本调查的高中生回避行为较多,除非是遇到必须使用英语进行写作的场合,例如英语考试,学生才不得不使用英语写作。学生在日常生活中主动应用英语写作的情况较少,反映出学生写作必然受到所处的汉语母语语言环境影响,且缺乏主动将英语写作融入日常生活中的意识。仅仅在考试中应用英语进行写作,难免会造成高中生英语写作的应试化、模板化,使得英语写作变成一项需完成的任务,而不是日常交际、传递思想的形式。因此,引导高中生克服回避英语写作的焦虑行为,鼓励学生主动在日

常生活写作中应用英语,将是提高其英语表达能力、提升交际自信心的重要手段。

表2 高中生英语写作焦虑平均得分

| 维度   | 平均得分 |
|------|------|
| 躯体焦虑 | 2.54 |
| 回避行为 | 2.62 |
| 认知焦虑 | 2.45 |

在“躯体焦虑”维度,平均得分最高的题项是“开始写英语作文时,大脑经常一片空白”。这反映出学生平时的英语词汇、词组、句型、观点等英语表达积累较少,在进行英语写作时难以短时间内从脑中提取出可以应用于当前写作的内容,难以形成符合逻辑的写作框架。因此这启示我们在英语课堂中应当增添写作方法教学,教学生将写作题目层层分析,梳理出有逻辑性的框架结构,再进行具体的内容写作。此外,应当加强语言技能的练习,指导学生牢记并活用词汇、词组和句型,在大量阅读中逐渐形成自己的观点看法,这将有效地缓解学生的英语写作焦虑。在“认知焦虑”维度,学生最突出的问题是“害怕其他同学看了我的英语作文后会嘲笑我”。这反映出公立高中学校的英语课堂上,由于学生人数较多,教师难以有精力进行小班化的甚至一对一的英语写作指导,通常会在公开场合对学生的习作进行点评讲解。同时,高中生正处于自尊心强烈的时期,比较在意他人对自己的评价,因此可能会出现害怕出错、害怕被批评嘲笑,从而害怕英语写作的错误认知。因此教师应当适时调整作讲评方式,营造学习优秀范文的氛围,同时因材施教,重视并帮助英语写作后进生找到适宜的提高方法。

为探讨参与调查的高中生英语写作焦虑水平是否存在性别差异,使用SPSS 26.0进行了独立样本T检验。躯体焦虑、回避行为、认知焦虑三个因变量在方差齐性检验中显著值均大于0.05,适合进行独立样本T检验。三个因变量的莱文方差等同性检验中显著值均大于0.05,两组所在的总体方差同质,T检验结果如表3所示。显著值(双尾)均大于0.05,因而不能拒绝零假设,可得出结论:参与本研究的男高中生和女高中生在英语写作焦虑水平上不存

在显著差异。

表 3 英语写作焦虑独立样本 T 检验

| 维度   | 显著性   | t      | Sig. (双尾) |
|------|-------|--------|-----------|
| 躯体焦虑 | 0.860 | 0.747  | 0.457     |
| 回避行为 | 0.451 | 0.919  | 0.360     |
| 认知焦虑 | 0.221 | -0.620 | 0.537     |

## 4.2 高中生英语写作自我效能感水平

参与本调查的高中生在英语写作自我效能感的“技能效能感”维度平均得分(3.40)高于“任务效能感”平均得分(3.45)。这说明相对于语篇构造、特定文体写作层面的任务效能感来说,高中生更擅长遣词造句等语言技能的在英语写作中的应用。

在“任务效能感”维度,学生得分最高的一项是“能用英语写出一篇比较流畅、有情节、有人物动作描写的记叙文”。学生自幼接受的母语表达练习中,看图写话是最为常见的类型。在初学英语阶段的英语写作练习中,看图写话、记叙身边的事件和人物同样是常见的练习方式。因此学生在写记叙文时更能将写作与日常生活联系到一起,写记叙文更加得心应手。学生得分最低的一项是“能按照规定要求完成相应的写作任务并体现自己的写作风格”。这反映出高中英语写作最终仍然是面向高考的应试作文的现状,学生学习到的英语写作技法有着鲜明的应试特色,缺乏了青年高中学生表达时应有的生命力和表现力。因此如何将应试写作与写作表达艺术做出较好的融合,既使学生在英语写作考试中取得高分,又充分表现出学生独有的写作风格,是高中英语写作教学应当改进的方向。

在“技能效能感”维度,学生在“能够在英语作文中准确使用单复数形式”一项所得分数最高,在“能在英语作文中运用恰当的衔接词提高段落或篇章的连贯性”一项所得分数最低。这反映出学生已能够在英语写作中正确使用初级的语法,但在段落衔接、语篇设计方面仍有很大欠缺。这启示我们在英语写作教学中应当重视整体的观念,从宏观层面教授学生写作完整的有逻辑的语篇。

经 SPSS 方差齐性检验,任务效能感和技能效能感两个因变量显著值均大于 0.05,适宜进行

独立样本 T 检验,以探讨参与本调查的高中生英语写作自我效能感水平是否存在性别差异。经正式的独立样本 T 检验,两个因变量的显著值均大于 0.05,因此接受两个组别的方差相等的零假设,参照假定等方差一行的 T 检验结果,如表 4 所示。显著值(双尾)均大于 0.05,由此可得出结论:男性高中生与女性高中生在英语写作自我效能感水平上不存在显著差异。

表 4 英语写作自我效能感独立样本 T 检验

| 维度    | 显著性   | t     | Sig. (双尾) |
|-------|-------|-------|-----------|
| 任务效能感 | 0.607 | 1.465 | 0.146     |
| 技能效能感 | 0.383 | 0.324 | 0.747     |

## 4.3 高中生英语写作焦虑与自我效能感间的关系

应用 SPSS 26.0 对问卷数据进行了皮尔逊相关性分析,以考察高中生英语写作焦虑与其英语写作自我效能感之间有无相关性。由表 5 可知,英语写作焦虑的“躯体焦虑”维度与英语写作自我效能感的“任务效能感”维度在 0.01 级别(双尾)呈显著的负相关性,与“技能效能感”维度在 0.05 级别(双尾)呈显著的负相关性。“认知焦虑”维度与英语写作自我效能感的两个维度均在 0.01 级别(双尾)呈显著的负相关性。“回避行为”与英语写作自我效能感之间无显著的相关性。由此可得出结论:高中生对英语写作的躯体焦虑和认知焦虑越严重,其英语写作自我效能感越低;英语写作自我效能感越高,其英语写作躯体焦虑和认知焦虑程度约轻;反之亦然。因此,在高中英语写作教学中,除了关注英语写作技能本身以外,还应当对学生的心理状况予以关心。合理的写作讲评方式、积极鼓励式的写作反馈、深入浅出的技法教学、正确的三观教育等都可以提升学生对英语写作的自我效能感,同时降低其用英语进行写作时的焦虑,从而更得心应手地进行英语写作。

表5 英语写作焦虑与自我效能感的相关性

|      |           | 任务效能感    | 技能效能感    |
|------|-----------|----------|----------|
| 躯体焦虑 | 皮尔逊相关性    | -0.415** | -0.252*  |
|      | Sig. (双尾) | 0.000    | 0.011    |
| 回避行为 | 皮尔逊相关性    | -0.031   | -0.082   |
|      | Sig. (双尾) | 0.759    | 0.413    |
| 认知焦虑 | 皮尔逊相关性    | -0.404** | -0.317** |
|      | Sig. (双尾) | 0.000    | 0.001    |
| 个案数  |           | 101      | 101      |

注: \* $p < 0.05$ , \*\* $p < 0.01$ 。

## 5 结语

通过上述研究分析,可得出以下结论:(1)高中生的英语写作焦虑总体处于中等水平,不存在显著的性别差异,在“回避行为”维度的焦虑程度最高,“认知焦虑”维度的焦虑程度最低;(2)高中生的英语写作自我效能感总体处于中等水平,不存在显著的性别差异,“技能效能感”略高于“任务效能感”;(3)高中生在躯体和认知层面的英语写作焦虑与其英语写作自我效能感水平呈显著的负相关性,“回避行为”维度的英语写作焦虑水平与其英语写作自我效能感水平无显著的相关性。在日常高中英语写作教学中,应当探索创新写作教学模式方法。教师应在教授英语语言知识技能的同时,关注学生因英语写作学习中遇到困难而产生的心理变化,根据高中生的身心发展特点,有针对性地进行写作指导和心理疏导,帮助学生减少写作焦虑,增强写作自我效能感。

## 致谢

本文受国家社科基金项目“中国学前儿童语料库建设及运作研究”(19AYY010)支持。对参与本研究调查问卷填写的高中生表示感谢。

Copyright © 2024 by author(s) and Global Science Publishing Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY 4.0).

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Open Access

## 参考文献

- [1] 郭燕. 大学英语“写长法”对写作焦虑和写作能力影响作用的实验研究[J]. 外语界, 2011(02):73-81+96.
- [2] 吴育红, 顾卫星. 合作学习降低非英语专业大学生英语写作焦虑的实证研究[J]. 外语与外语教学, 2011,(06):51-55.
- [3] 吴荣辉, 何高大. 合作学习在大学英语写作教学中的应用效应研究[J]. 外语教学, 2014,35(03):44-47.
- [4] 郭士香. AAWP 英语写作教学模式对英语专业学生写作焦虑影响的实证研究[J]. 解放军外国语学院学报, 2016,39(04):111-118+160.
- [5] 何艳群, 郑玉琪. 自我效能感对英语专业学生写作策略的影响[J]. 安徽工业大学学报(社会科学版), 2013,30(06):98-99.
- [6] 王湘霁. 大学生英语写作自我效能感、动机与成绩相关性研究[J]. 西安航空学院学报, 2018,36(04):78-82.
- [7] 孟彦莉. 基于混合式教学的大学英语写作自我效能感培养研究[J]. 电化教育研究, 2011(05):96-101.
- [8] 吴育红. 同伴互评对自我效能感的影响——一项基于大学英语写作的实证研究[J]. 山东外语教学, 2013,34(06):68-72.
- [9] 顾世民, 李莉萍. 英语写作策略与写作自我效能感的相关性研究——一项基于数据分析的实证研究[J]. 外语电化教学, 2018,(02):25-31+90.
- [10] Cheng, Y. (2004) A measure of second language writing anxiety: Scale development and preliminary validation. *Journal of Second Language Writing*, (4), 313-335.
- [11] 李航. 大学生英语写作自我效能感量表的编制[J]. 北京第二外国语学院学报, 2014, 36(12):70-76.