

# 初一学生学习自我效能感研究

王 荣

山东师范大学东海实验学校, 山东 德州

收稿日期: 2022年8月8日; 录用日期: 2022年9月19日; 发布日期: 2022年9月27日

## 摘 要

探究初一学生学习自我效能感现状和影响因素。运用问卷调查、定量分析和访谈方法, 从边玉芳的学习自我效能感的努力感维度、能力感维度、控制感维度和环境感维度分析。初一学生学习自我效能感与家庭经济状况、父母关注度和学习成绩呈正相关, 且女生高于男生。影响因素包含外部因素(社会、学校和家庭)和内部因素(成败经验、归因方式、目标设定和情绪唤醒)。初一学生学习自我效能感整体较低, 据此提出相应的提升措施。

## 关键词

初一学生, 学习自我效能感, 研究

# Study on Learning Self-Efficacy of Junior Middle School Students

Rong Wang

Donghai Experimental School Attached to Shandong Normal University, Dezhou Shandong

Received: Aug. 8<sup>th</sup>, 2022; accepted: Sep. 19<sup>th</sup>, 2022; published: Sep. 27<sup>th</sup>, 2022

## Abstract

To explore the current situation and influencing factors of learning self-efficacy of junior middle school students. Questionnaire survey, quantitative analysis and interview were used to analyze Bian Yufang's learning self-efficacy from the dimensions of effort, ability, control and environment. The learning self-efficacy of junior middle school students is positively correlated with family economic status, parental attention and academic performance, and girls are higher than boys. The influencing factors include external factors (society, school and family) and internal factors (experience of success or failure, attribution style, goal setting and emotional arousal). The overall learning self-efficacy of junior middle school students is low, so the corresponding improvement measures are put forward.

## Keywords

### Junior High School Students, Learning Self-Efficacy, Research

Copyright © 2022 by author(s) and Hans Publishers 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

## 1. 引言

学习自我效能感指的是个体对自身能否通过努力和能力顺利完成某项学习任务的预期判定,是在美国著名教育家班杜拉(Bandura)提出的自我效能感的基础上发展而来的。通过查阅相关文献资料,大部分都是对某一学段的某一学科的学生学习自我效能感的研究,对某一年级学生学习自我效能感的研究较少,初一学生的学习步调、习惯、方法对初中阶段,乃至高中阶段的学习都至关重要。本研究的目的是探究初一学生学习自我效能感现状和影响因素,并据此提出相应的提升策略。

## 2. 研究对象与方法

### 2.1. 研究对象

以德州市某中学初一学生为研究对象,共 138 人,男生 77 人,女生 61 人。

### 2.2. 研究工具

#### 2.2.1. 问卷调查

该问卷参照边玉芳的“学习自我效能感量表”及相关文献资料编制,具备科学性和合理性[1]。问卷分为三部分,一是指导语,即目的、意义、填写方法等。二是主体内容,共 5 个问题,均为单选题,一至四题是关于被调查者的基本情况,第五个是主要调查内容,分别从学习自我效能感的努力感维度、能力感维度、环境感维度和控制感维度各设置了 5 个相关问题(全部为正向题),均采用李克特五点计分法,答案描述和分值为:“非常符合”选项为 5 分、“比较符合”选项为 4 分、“基本符合”选项为 3 分、“不太符合”选项为 2 分和“不符合”选项为 1 分。

#### 2.2.2. 访谈

根据研究目的,从教师和学生两个角度设计访谈提纲,并对问题进行筛选和设计,形成正式访谈提纲。

### 2.3. 调查方法

问卷调查共收回 136 份有效问卷,有效回收率 98.6%。

在该校初中挑选六名学习成绩具有差异性的学生进行访谈,再之选出其中一名成绩较差和一名成绩较好的学生作为代表,通过对比双方学习自我效能感差异,分析影响因素。与该校四名初一任课教师进行访谈,对两名教师代表形成访谈记录,分析初一学生学习自我效能感现状及影响因素,提出提升策略。

### 2.4. 统计学方法

运用 SPSS 26.0 进行数据分析。应用的统计学分析方法包括均值、标准差等描述性统计,及独立样本 t 检验、单因素 ANOVA 检验和双变量相关性分析。

### 3. 问卷信效度检验

#### 3.1. 信度检验

通过软件 SPSS 26.0 进行数据分析, 由表 1 得出, 问卷信度较好。

Table 1. Reliability test of questionnaire

表 1. 调查问卷信度检验

	努力感	能力感	环境感	控制感	总体
$\alpha$ 系数	0.739	0.878	0.876	0.703	0.925
题项	5	5	5	5	20

#### 3.2. 效度检验

以边玉芳的学习自我效能感量表为基础量表, 在此基础上根据相关领域专家的指导建议对问卷修改并完善, 形成正式问卷后邀请了德州市某中学初一学生试做, 内容效度具有一定的可靠性。

通过软件 SPSS 26.0 对问卷结构进行效度分析, 由表 2 得出, 问卷结构效度很好, 非常适合做因子分析, 可作为正式调查问卷。

Table 2. KMO and Bartlett test

表 2. KMO 和巴特利特检验

	KMO 取样适切性量数	巴特利特球形度检验		
		近似卡方	自由度	显著性
努力感	0.749	221.753	10	0.000
能力感	0.820	399.807	10	0.000
环境感	0.843	384.468	10	0.000
控制感	0.640	328.577	10	0.000

### 4. 初一学生学习自我效能感现状分析

#### 4.1. 问卷调查现状与结果分析

##### 4.1.1. 各题数据统计分析

由表 3 可知, 各题平均分最高约为 2.92 分, 满分 5 分, 低于中间分值 3 分。标准差均低于 2, 数据分布较集中, 初一学生学习自我效能感各维度均较低。

Table 3. The mean and standard deviation of each question are described

表 3. 各题均值和标准差描述统计

	N	最小值	最大值	均值	标准偏差
Q1	136	1	5	2.150	1.072
Q2	136	1	5	2.030	0.926
Q3	136	1	5	2.180	1.027
Q4	136	1	5	2.710	1.167

## Continued

Q5	136	1	4	1.770	0.852
Q6	136	1	5	1.990	1.029
Q7	136	1	5	2.240	1.036
Q8	136	1	5	2.150	0.985
Q9	136	1	5	2.650	1.118
Q10	136	1	5	2.430	1.106
Q11	136	1	5	1.820	0.934
Q12	136	1	4	1.740	0.880
Q13	136	1	4	1.870	0.859
Q14	136	1	5	1.990	0.981
Q15	136	1	5	2.150	0.995
Q16	136	1	5	2.450	1.046
Q17	136	1	5	2.300	0.999
Q18	136	1	5	2.200	0.971
Q19	136	1	5	2.210	0.984
Q20	136	1	5	2.920	1.372
有效个案数(成列)	136				

## 4.1.2. 整体数据分析

由表 4 可知, 控制感是影响初一学生学习自我效能感高低的最主要维度, 其次是能力感维度。初一学生学习自我效能感的平均分为 44.96 分, 远低于满分 100 分, 因此, 该校初一学生学习自我效能感整体较低。

Table 4. Overall analysis of learning self-efficacy

表 4. 学习自我效能感整体分析

	努力感	能力感	环境感	控制感	学习自我效能感
平均值	10.850	11.460	9.570	13.080	44.960
标准差	5.044	5.275	4.649	5.771	20.740

## 4.1.3. 差异性与结果分析

## 1) 性别

由表 5 和表 6 可知, 女生在努力感、能力感、控制感三个维度上得分高于男生, 男生在环境感维度上得分高于女生, 在学习自我效能感整体得分上女生高于男生。

## 2) 家庭经济状况

由表 7 和表 8 可知, 初一学生学习自我效能感四个维度得分与整体的学习自我效能感得分, 随学生家庭经济水平升高而升高。

由表 9 得出, 利用皮尔逊相关系数对初一学生家庭经济状况和学习自我效能感的相关性进行分析, 呈现较弱正相关。

**Table 5.** Gender differences in each dimension were analyzed**表 5.** 各维度性别差异分析

性别	努力感		能力感		环境感		控制感	
	均值	标准差	均值	标准差	均值	标准差	均值	标准差
男	10.420	4.973	11.040	5.091	9.590	4.685	12.590	6.103
女	11.380	5.082	12.000	5.459	9.530	4.607	13.700	5.223

**Table 6.** Overall analysis of gender differences**表 6.** 性别差异总体分析

性别	学习自我效能感	
	均值	标准差
男	43.64	20.851
女	46.62	20.370

**Table 7.** The difference analysis of each dimension family economic status**表 7.** 各维度家庭经济状况差异分析

家庭经济状况	努力感		能力感		环境感		控制感	
	均值	标准差	均值	标准差	均值	标准差	均值	标准差
非常好	13.670	5.887	15.670	5.041	12.000	6.464	16.000	4.968
较好	11.350	5.025	12.280	5.191	10.020	4.762	13.770	5.519
一般	9.560	4.560	9.260	4.692	8.350	3.988	11.320	5.519
较差	6.330	2.309	6.000	1.732	6.330	2.309	8.000	5.196

**Table 8.** Overall analysis of differences in family economic status**表 8.** 家庭经济状况差异总体分析

家庭经济状况	学习自我效能感	
	均值	标准差
非常好	57.340	22.360
较好	47.420	20.497
一般	38.49	18.759
较差	26.66	11.546

**Table 9.** Correlation analysis of family economic status difference and learning self-efficacy**表 9.** 家庭经济状况差异与学习自我效能感相关性分析

学习自我效能感	家庭经济状况	
努力感	皮尔逊相关系数	0.326**
能力感	皮尔逊相关系数	0.403**
环境感	皮尔逊相关系数	0.260**
控制感	皮尔逊相关系数	0.355**

### 3) 父母关注度

由表 10 和表 11 可知, 初一学生学习自我效能感四个维度得分与整体的学习自我效能感得分, 随学生父母对其学习关注度的升高而升高。

**Table 10.** Analysis of different dimensions of parental attention

**表 10.** 各维度父母关注度差异分析

父母关注度	努力感		能力感		环境感		控制感	
	均值	标准差	均值	标准差	均值	标准差	均值	标准差
非常关注	12.63	4.517	13.73	4.572	12.250	4.486	11.30	4.522
比较关注	8.172	3.937	7.452	3.181	10.180	4.390	6.452	2.560
一般关注	6.132	2.150	6.752	2.877	8.400	4.522	5.752	1.334
不关注	5.000	0.000	5.000	0.000	5.000	0.000	5.000	0.000

**Table 11.** Overall analysis of parental attention difference

**表 11.** 父母关注度差异总体分析

父母关注度	学习自我效能感	
	均值	标准差
非常关注	49.910	18.097
比较关注	32.256	14.068
一般关注	27.036	10.883
不关注	20.000	0.000

由表 12 得出, 利用皮尔逊相关系数对初一学生父母对其学习关注度差异和学习自我效能感的相关性进行分析, 呈现较强正相关。

**Table 12.** Correlation analysis between parental attention difference and learning self-efficacy

**表 12.** 父母关注度差异与学习自我效能感相关性分析

学习自我效能感		父母关注度
努力感	皮尔逊相关系数	0.718**
能力感	皮尔逊相关系数	0.697**
环境感	皮尔逊相关系数	0.596**
控制感	皮尔逊相关系数	0.772**

### 4) 学习成绩

由表 13 和表 14 可知, 初一学生学习自我效能感四个维度得分与整体的学习自我效能感得分, 随学生学习成绩的升高而升高。

由表 15 得出, 利用皮尔逊相关系数对初一学生学习成绩差异和学习自我效能感的相关性进行分析, 呈现较强正相关。

**Table 13.** Study achievement difference analysis**表 13.** 学习成绩差异分析

学习成绩	努力感		能力感		环境感		控制感	
	均值	标准差	均值	标准差	均值	标准差	均值	标准差
上游	13.14	4.451	14.22	4.559	11.71	4.612	15.57	4.538
中上游	9.050	4.223	8.820	3.423	7.500	2.758	11.18	4.554
中游	7.170	3.131	7.310	3.486	6.240	2.441	9.410	5.483
下游	5.000	0.000	5.000	0.000	5.000	0.000	5.000	0.000

**Table 14.** Overall analysis of differences in academic performance**表 14.** 学习成绩差异总体分析

学习成绩	学习自我效能感	
	均值	标准差
上游	54.640	18.160
中上游	36.550	14.958
中游	30.130	14.541
下游	20.000	0.000

**Table 15.** Correlation analysis between academic performance difference and learning self-efficacy**表 15.** 学习成绩差异与学习自我效能感相关性分析

学习自我效能感		学习成绩
努力感	皮尔逊相关系数	0.787**
能力感	皮尔逊相关系数	0.750**
环境感	皮尔逊相关系数	0.658**
控制感	皮尔逊相关系数	0.791**

## 4.2. 访谈结果分析

### 4.2.1. 学生

初一学生学习自我效能感与周围环境、教师教学方法、自我认知和经验等方面密切相关，且学优生高于学困生。

### 4.2.2. 教师

初一学生学习自我效能感与外部因素(社会、学校和家庭)和内部因素(学生的学习成败经验、情绪状态、归因方式、学习目标设定)密切相关。

## 5. 初一学生学习自我效能感的影响因素

### 5.1. 外部因素

#### 5.1.1. 社会

我国“双减”政策的出台和大力发展职业教育的决定，本旨减轻义务教育阶段学生学业压力，但传

统的社会舆论对中等职业教育的发展并不看好，实际增加了初中生升学的心理压力[2]。部分初一学生对于小升初新增课程接受能力较弱，以及没有及时更新学习方法，造成新课程听不懂、想不通、学不会，甚至“躺平”的局面。

### 5.1.2. 学校

进入初中后，学校、班级和教师都发生了不同于小学的质的改变，初一阶段的学生极易不适应学校的规章制度、管理模式等、班集体组织形式和领导班子等以及教师教学风格、方式等的不同。

### 5.1.3. 家庭

刚步入青春期的初一学生与生活压力较大的中年父母极易在生活、学习方面产生摩擦，大部分中年父母很难与初一学生“和平共处”，过松过严的教育方式和家庭环境都会使得初一学生学习自我效能感降低。

## 5.2. 内部因素

### 5.2.1. 成败经验

成功经验越多越自信。初一新增设了历史、地理、生物三门小学没有的课程，部分初一学生对新开课程接受能力较弱，学习效果不理想，缺乏成功经验，挫败感增多。

### 5.2.2. 归因方式

正确的成败归因方式是提升自身信心的润滑剂[3]。学生小学阶段学习内容少且简单，努力与回报成正比，学业成绩普遍较好，学习内驱力普遍较高。由于初一学生对初中新增科目学习适应性较弱，成绩下滑严重，学业成败归因方式不正确易因怀疑自己学习能力而缺少学习内驱力和自信心。

### 5.2.3. 目标设定

学习目标设定要从学生实际学习情况、人格特质、气质类型等自身实际出发[4]。教师和家长在学生小学阶段对于学习成绩的目标设定在意性较弱，中考是学生学业生涯分流的第一考，家长尤为重视初中阶段学生成绩的高低及目标的设定。初中伊始，家长和教师突然紧抓学习成绩，学生自身意识模糊，设定的学习目标过高，努力后仍难达到预期，易产生悲观情绪，丧失信心；如果设置的目标过低，学生不易获得成就感，也易丧失信心。

### 5.2.4. 情绪唤醒

中等强度的情绪状态为最佳情绪状态，也是提升学生学习自我效能感的最佳情绪状态[5]。初一学生对于突然紧张起来的学业要求及快速发展的生理和心理，极易受外界环境的干扰，情绪状态易极端化，不利于保持中等强度的情绪状态。

## 6. 初一学生学习自我效能感提升策略

### 6.1. 学习努力感

#### 6.1.1. 激发内在学习动机

教师可以利用办公室谈话、主题班会等形式，让学生了解自己的人格特质以及学习方面需要改进的问题，有针对性的查缺补漏；教师课堂上可运用趣味性问题导向及启发式教学，激发学习动机，锻炼解题思维，导入问题要与已学知识紧密关联，并具备一定难度，使学生在回顾旧知过程中引起求知欲[6]；完善班级小组体系构建，重视学生小组成员的角色扮演和责任划分，锻炼学生的责任意识、协作意识和荣誉意识，激发学生学习动机。



### 6.1.2. 进行正确归因训练

在分析每个学生的学习情况和气质类型的基础上采用差异性归因方式。针对学优生且为胆汁质、多血质的学生，肯定学生自身能力是导致成功的主要因素，归因于能力因素；对于学困生且为黏液质、抑郁质的学生，将其成功归因于自身努力不够、运气不佳、环境干扰等外界因素[7]。

### 6.1.3. 制定未来发展规划

初一学生年纪尚小，处于儿童到青少年的转型期，对于未来的学业规划甚至职业规划普遍较为模糊。社会、教师和家长可以通过各种途径和方式，在生活和学习的一方面向学生传输努力学习带来的美好生活蓝图，激发学生内在学习动机。

## 6.2. 学习能力感

### 6.2.1. 设置合理学习目标

- 1) 引导学生设置难度恰当并具备可操作性的学习目标，使学生获得成功经验，激发学生学习潜能。
- 2) 健全学生学习目标评价反馈机制。建立教师、家长、同伴、学生自己的多元评价体系；坚持过程性评价和结果性评价相结合，前者为主，后者为辅的形式[8]；百变评价方式，实现多样化发展，如言语鼓励、书面评语、建立学生成长日记等。

### 6.2.2. 提供课堂成功经验

根据学生成绩和课堂表现，教师可利用课上提问方式抛出有梯度的、难度不一的问题，增加学生问题回答正确的概率，提高学生获得成功经验的次数。

## 6.3. 学习环境感

### 6.3.1. 合理调控课堂氛围

教师可以通过语气调动、肢体语言、故事讲解、联系社会热点等手段，合理调控课堂氛围，使之维持在和谐、轻松、愉悦的维度。

### 6.3.2. 构建和谐美好家庭

家长要保持良好生活习惯和方式，营造和谐美好家庭氛围；加强对学生学习的关注，通过多种形式加强家校联系；根据孩子的身心发展特点采用权威型和民主型的教养方式。

## 6.4. 学习控制感

### 6.4.1. 良好学习方法指导

教师可利用平时授课或班会等形式向学生传授自己适用的记忆方法及多种其他良好的记忆方法，如谐音记忆法、首尾相连记忆法、联想记忆法等，以及与日常生活密切关联的实际应用方法，让学生“用以致学”。

### 6.4.2. 发挥榜样示范作用

发挥教师的榜样示范作用，为人师表；发挥班级优秀学生的榜样示范作用，公开表扬；发挥家长的榜样示范作用，班级群或家长会树立典型；发挥社会优秀公众人物的榜样示范作用，营造良好的班级舆论。

## 参考文献

- [1] 边玉芳. 学习自我效能感量表的编制与应用[D]: [博士学位论文]. 上海: 华东师范大学, 2003.
- [2] 徐会会. 中职酒店服务专业学生学习自我效能感研究[D]: [硕士学位论文]. 济南: 山东师范大学, 2020.

- [3] 欧阳倩, 贺艳芳. 中职学生自我效能感与学业成败归因的关系研究[J]. 武汉职业技术学院学报, 2022, 21(2): 99-103.
- [4] 周路路, 苏华, 郑泽卿. 中学生人格特质对学习自我效能感的影响[J]. 衡水学院学报, 2021, 23(4): 123-128.
- [5] 冯程程. 初中生学业情绪、学业自我效能感与学习自控力的关系研究[J]. 内江科技, 2019, 40(12): 87-88.
- [6] 黄培凤. 学习动机理论对教师教学的启示[J]. 文学教育(下), 2020(1): 104-105.
- [7] 陈颖. 青少年自我效能感、学业归因与学习倦怠的关系研究[J]. 心理月刊, 2020, 15(1): 13-14.
- [8] 孟凡龙, 崔鸿, 倪忠春. 指向学科核心素养的学习设计: 目标、过程与评价[J]. 中学生物学, 2019, 35(9): 8-10.