

如何降低英语专业口语教学中的外语焦虑

宋 燕, 姜文瑶

山东科技大学外国语学院, 山东 青岛

收稿日期: 2022年1月22日; 录用日期: 2022年2月15日; 发布日期: 2022年2月22日

摘 要

随着我国对外交流日益频繁, 社会经济发展对高校英语专业人才培养提出了更高要求。英语口语是英语专业学生极其重要的专业能力之一, 但是用人单位普遍认为英语专业毕业生的口语水平不高, 专业教学成效受到质疑。造成该现状的原因之一是未对英语专业学生的外语焦虑给予足够的重视。本文基于Krashen的情感过滤假说, 着重探讨英语专业学生在口语教学中的外语焦虑, 旨在有效帮助学生克服焦虑, 使其充分发挥语言学习潜能, 进而提升口语水平。

关键词

情感过滤假说, 外语焦虑, 口语教学

How to Reduce Foreign Language Anxiety in Spoken English Teaching for English Majors

Yan Song, Wenyao Jiang

College of Foreign Languages, Shandong University of Science and Technology, Qingdao Shandong

Received: Jan. 22nd, 2022; accepted: Feb. 15th, 2022; published: Feb. 22nd, 2022

Abstract

With China's increasing international exchanges, social and economic developments have put forward higher requirements for the cultivation of English majors in universities. Spoken English is one of the most important professional abilities of English majors, but employers generally believe that the oral English level of English majors is not satisfying, and the effectiveness of professional teaching is questioned. One of the reasons for the current situation is that English majors' foreign language anxiety has not been paid enough attention. Based on Krashen's Affective Filter Hypothesis, this article focuses on the foreign language anxiety of English majors in spoken English teaching, which aims at effectively helping students to overcome anxiety, so that they can give

full play to their language learning potential and improve their spoken English.

Keywords

Affective Filter Hypothesis, Foreign Language Anxiety, Spoken English Teaching

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

英语专业的学生作为中高级英语学习者, 应具备扎实的英语语言基础, 熟练掌握英语语言技能。基于社会发展需求和英语教学改革新形势, 我国现行的《高等学校英语专业教学大纲》(2000年)对英语专业学生提出了更高的要求, 强调对英语专业学生口语表达能力的培养[1]。但是目前我国英语专业口语教学存在诸多问题, 导致教学质量与效果不佳。其中一个重要原因是长期以来对学生情感因素, 尤其是对外语焦虑的忽视。焦虑是影响第二语言习得和教学的重要情感因素, 已成为国内外相关领域学者普遍研究的内容。研究表明, 焦虑对于学习者外语口语表达有负面影响[2]。国内学者有实证研究发现, 我国英语专业的学生都有一定程度的外语焦虑[3]。然而, 国内学者在研究外语焦虑方面较为关注的对象是非英语专业的学生, 而对英语专业教学中的外语焦虑不甚了解。本文针对英语专业口语教学, 探讨如何在情感过滤假说的理论指导下采取有效措施, 降低口语教学中学生的外语焦虑情绪, 进而提升其英语口语表达能力, 起到改进英语专业口语教学的重大作用。

2. Krashen 的情感过滤假说

20世纪80年代初, 美国二语习得研究学者 Krashen 在借鉴前人研究成果的基础上提出了情感过滤假说(Affective Filter Hypothesis), 对第二语言习得的研究起到了重要的指导作用。情感过滤假说阐述了情感因素与二语习得的关系。Krashen 认为, 语言输入只有通过情感因素的“过滤”才能被学习者消化吸收, 学习者情感过滤作用的强弱影响其语言输入的吸收速度与程度[4]。当情感因素的过滤作用强时, 学习者会感受到较重的学习压力, 这无疑阻碍了学习者充分完全地吸收语言输入, 无益于学习者的语言学习。相反, 当情感过滤作用减弱时, 学习者感觉到的学习压力小, 有利于外语学习。他认为, 学习者的焦虑程度高, 情感过滤对语言输入的阻碍力就强, 不利于语言学习与习得。因此, 本文将着重探讨焦虑这一影响语言习得的重要情感因素。

3. 外语焦虑及其成因

焦虑(Anxiety)通常是指个人因为预计无法实现目标或不能战胜障碍的威胁, 使得自信心受打击, 难以建立成就感, 因而形成的紧张、忧虑甚至恐惧的心理状态, 是一种阻碍外语能力发展的情感障碍。Spielberger 将焦虑划分为特质性焦虑(Trait Anxiety)和状态性焦虑(State Anxiety) [5]。他认为, 特质性焦虑是个体人格特征, 例如心理上的恐惧。此类焦虑在语言学习过程中相对稳定, 不易在短时间内改变。状态性焦虑是指对外部环境或外部刺激的瞬时反应, 具有不稳定特点, 可在短时间内由外部进行调节。

外语焦虑(Foreign Language Anxiety)作为一种特殊的焦虑类型, 产生于外语习得过程[6], 是持续时间短暂的状态性焦虑[7]。Horwitz 等将外语焦虑定义为“与课堂语言学习相关, 综合自我认知、信念、情感

和行为的复杂感受”[6]。Gardner 和 MacIntyre 进一步提出外语焦虑与听、说等外语学习情境特定关联[8]。使用外语进行口语表达极易引发学习者的外语焦虑[6]。如果状态性焦虑在语言学习过程中反复出现, 导致学习者将焦虑心理和语言使用联系起来, 学习者的状态性焦虑可能会转变为特质性焦虑, 并对学习者的语言习得产生长期的持续性影响[9]。

笔者基于项茂英的三大分类[10], 将导致外语焦虑的原因归纳为四大类。第一类, 与学习者性格特点有关。例如, 学习者自尊心的强弱、歧义容忍度、冒险精神、竞争心理等方面的差异会导致不同程度的外语焦虑。第二类, 社交焦虑, 主要由三方面构成: 负性评价恐惧(Fear of Negative Evaluation)。学习者普遍在意别人对自己的评价, 尤其是性格敏感的学习者。当他们预估同学或教师将对自己的口语表达给予负性评价时, 会产生排斥心理, 造成焦虑; 交际畏惧(Communication Apprehension)。学习者在与他人交际过程中常感到害羞、畏难, 因而在外语课堂上倾向于做出保持沉默或回避课堂活动等消极行为; 考试焦虑(Test Anxiety), 是指学习者在应试或在其他受到他人评价的情境下因表现不佳而对考试结果担忧紧张所出现的心理倾向, 不利于学习者在应试状态下正常发挥。第三类, 文化差异。如学习者缺乏文化认同感或受到的文化冲击较大, 则其外语焦虑程度往往较高。第四类, 课堂互动。师生互动方式尤其是教师与学生在学风方面的差异也可能导致外语焦虑。

4. 情感过滤假说对英语专业口语教学的启示

在中国应试教育背景下, 国内多数高校对英语专业的口语教学不够重视, 外语教师对学生口语运用能力的培养不足。高校为英语专业学生开设的口语必修课程安排较为松散, 且课时较少, 缺少适宜口语训练的学习环境。多数学生在口语课堂上的参与率低, 课后又缺乏练习条件, 导致口语能力差, 口语水平很难提升, 从而加剧学生的英语口语焦虑。因此, 作为课堂教学的引导者和评价者, 外语教师应更多地认识到口语在英语专业教学中的重要性, 反思教学中存在的突出问题, 并做出以下几方面努力, 减轻口语教学中学生的外语焦虑, 引导学生摆脱不良心态, 促进口语表达。

4.1. 识别外语焦虑, 提升学生自信

教师应当重视学生的外语焦虑及其成因, 学会识别学生在口语课堂上经常出现的焦虑行为, 进而对学生行为进行干预以缓解其外语焦虑。教师若在焦虑心理产生初期进行干预, 帮助学生意识到这种焦虑状态是暂时的, 是可以通过努力克服的, 以引导学生克服消极的情感障碍, 可以在很大程度上消除学生的紧张状态, 避免状态性焦虑向特质性焦虑的转变。研究表明, 在影响语言习得的主要情感因素中学习者的自信心与焦虑程度呈负相关[11]。焦虑感低的学生较容易建立起自信心, 在口语课堂上相对活跃, 能更多地获得口语交际的机会, 进而取得更好的学习效果。因此当学生的焦虑程度较高且已对其口语学习产生持续的消极影响时, 教师应采取恰当的策略帮助学生提升自信心, 以克服焦虑情绪。课堂活动可以暴露出学生的问题, 例如寡言少语、从不主动发言的学生可能自信心不足。教师应尽量识别并鼓励其尝试难度较低的口语练习任务, 为其创造表达机会并给出正面肯定的评价, 帮助学生取得一定进步, 初步树立其自信心。针对口语课堂上学生畏惧与他人交际或考试焦虑的问题, 教师应当主动采取相应的教学策略来鼓励学生以积极的心态参与课堂互动, 引导学生意识到应更加关注个人学习过程与收获, 体会口语学习进步的喜悦, 进而调动起英语口语学习与表达的积极性。

4.2. 针对差异, 从多方面入手调控

教师应注意到学生之间是有差异的, 母语文化与目的语文化也是有差异的。针对这些差异, 教师要采取不同的教学策略调控学生的外语焦虑状态。如: 1) 尊重个体差异。教师要主动与学生交流, 了解学

生的性格特点, 根据不同学生的个性特征设计组织多样的课堂活动, 充分调动学生的积极性。关注学生之间口语互动交际的过程, 帮助学生减少诱发其外语焦虑的因素, 促使每位学生都能够主动参与到课堂互动中, 真正体现“以学生为中心”的教学理念。2) 尊重文化差异。当学生缺乏文化认同感或受到的文化冲击较大时, 其焦虑程度往往较高。为减轻文化差异所带来的焦虑感, 教师可以将跨文化知识融入口语教学, 在课堂上设置真实的英语对话情境, 加深学生对目的语文化的了解, 增强文化认同感。

4.3. 合作学习, 建立平等师生关系

在课堂上, 为鼓励学生尽量多说英语, 许多教师往往不要求学生英语语音的准确性, 这在一定程度上缓解了学生的焦虑情绪, 但是这种自由的口语实践更适用于非英语专业口语教学, 而英语专业学生的口语教学有别于非英语专业学生, 英语专业教学对口语语音的要求更高, 而这种教学策略不能满足学生提升口语发音的需求。吴让科和赵晨的实验研究结果显示, 外语语音也是外语口语焦虑的影响因子之一[12]。学生的英语语音能力愈低, 其焦虑程度愈高, 不利于其自信心的树立和口语水平的提升。因此, 教师应当以学生的真实需求为依据, 采取温和、无压力的方式帮助学生提升其英语发音的准确性和流利度。例如: 让学生观看英文原声电影、TED 演讲视频等, 基于真实语料进行语音语调模仿训练。笔者根据切身体验和了解, 认为还有一种情况需要得到关注, 即学生之间由于使用英语进行交际表达而产生的羞耻感也会造成焦虑心理。口语课堂上学生常被鼓励以小组形式全程使用英语围绕某个话题进行讨论, 而在这个过程中, 学生感觉使用英语与同学交流“像戴着面具说话”, 进而产生不认真等消极心态, 影响口语练习的效果。因此, 教师应适当参与学生之间的交流, 帮助学生突破心理障碍, 搭建彼此间交流的桥梁。

4.4. 重视并发挥外籍教师优势作用

为提升我国高校英语专业学生的培养质量, 众多高校聘请外籍教师参与英语专业口语教学。以英语为母语的外籍教师能够让学生接触到地道纯正的口语, 在真实的英语对话情境中练习口头表达, 有助于学生增强外语交际能力。但是由于语言文化等差异, 外籍教师常常无法对学生作出准确合理的判断, 极有可能忽视引发学生外语焦虑的多种成因, 最终导致教学成效不尽人意。外籍教师可通过完善教学策略或改进教学方法以降低学生口语焦虑。如: 1) 考虑到学生的文化背景, 注意口语教学中中西方文化的融合, 减少文化差异给学生带来的文化冲击, 增强学生跨文化交际能力。2) 主动了解学生的个性特征, 灵活组织口语课堂训练。积极帮助外语焦虑程度高的学生, 采取恰当方式鼓励其勇于表达。3) 改进考核方式, 提高评价质量。外籍教师应加强课堂口语练习与测试, 鼓励学生多发言、勤参与, 在实际运用中不断提升个人口语水平。外籍教师应重视自己给予学生的评价和反馈, 对于英语专业的学生不可一味鼓励, 而需适当提出批评性建议以促其发现问题、纠正问题, 确保口语教学质量。

5. 结束语

关注学生情感是发展教育的重要方面, 情感因素对于语言教学质量及学生发展培养具有重要影响作用。焦虑是影响第二语言习得的重要情感因素, 已成为学生英语口语表达与交际的主要情感障碍。外语教师可以将 Krashen 的情感过滤假说作为理论指导, 为学生创造一个情感过滤作用弱的口语教学环境, 调控引导学生情感, 克服外语焦虑, 发挥语言潜能, 从而提高学生的英语口语交际能力。教师与学生都应重视焦虑等情感因素对于外语教学效果的影响, 在减轻外语口语焦虑方面作出更多努力。

基金项目

山东科技大学优秀教学团队支持计划(JXTD20170508); 山东科技大学教育教学研究群星计划项目(QX2021M58)。

参考文献

- [1] 高等学校外语专业教学指导委员会英语组. 高等学校英语专业英语教学大纲[Z]. 上海: 上海外语教育出版社; 北京: 外语教学与研究出版社, 2000.
- [2] 金晶, 鲍芳. 大学生英语课堂焦虑对口语表达的影响[J]. 大众文艺, 2020(20): 199-200+81.
- [3] 姜梦茹. 英语专业学生语言焦虑与交际意愿相关性研究[D]: [硕士学位论文]. 呼和浩特: 内蒙古师范大学, 2020.
- [4] Krashen, S. (1985) *The Input Hypothesis: Issues and Implications*. Longman, London.
- [5] Spielberger, C.D., Gorsuch, R.L. and Lushene, R.E. (1983) *Manual for the State-Trait Anxiety Inventory*. Consulting Psychologists Press, California.
- [6] Horwitz, E.K., Horwitz, M.B. and Cope, J. (1986) Foreign Language Classroom Anxiety. *The Modern Language Journal*, **70**, 125-132. <https://doi.org/10.1111/j.1540-4781.1986.tb05256.x>
- [7] Oxford, R.L. (1999) Anxiety and the Language Learner: New Insights in J. Arnold, *Affect in Language Learning*. Cambridge University Press, Cambridge.
- [8] MacIntyre, P.D. and Gardner, R.C. (1994) The Effects of Induced Anxiety on Cognitive Processing in Second Language Learning. *Studies in Second Language Acquisition*, **16**, 1-17. <https://doi.org/10.1017/S0272263100012560>
- [9] MacIntyre, P.D. and Gardner, R.C. (1993) A Student's Contribution to Second-Language Learning Part I: Affective Variables. *Language Teaching*, **26**, 1-11. <https://doi.org/10.1017/S0261444800000045>
- [10] 项茂英. 情感因素对大学英语教学的影响——理论与实证研究[J]. 外语与外语教学, 2003(3): 23-26.
- [11] MacIntyre, P.D. and Gardner, R.C. (1991) Methods and Results in the Study of Anxiety and Language Learning: A Review of the Literature. *Language Learning Journal*, **41**, 85-117. <https://doi.org/10.1111/j.1467-1770.1991.tb00677.x>
- [12] 吴让科, 赵晨. 语音语调模仿训练对中国英语学习者口语焦虑的影响[J]. 解放军外国语学院学报, 2013, 36(5): 54-58.