

高中生英语学习动机衰退的成因研究

张 婷

重庆三峡科技大学外国语学院, 重庆

收稿日期: 2026年6月5日; 录用日期: 2026年7月6日; 发布日期: 2026年7月14日

摘 要

英语学习动机是影响高中生英语学习效果的重要心理因素,也是学生自主学习能力、课堂参与度和学习兴趣的重要体现。然而,在高中阶段,由于课程难度加大、升学压力增大以及应试教育导向,许多学生在英语学习中出现学习兴趣下降、课堂参与积极性不足、学习倦怠感增强等现象,英语学习动机呈现明显衰退。这种衰退不仅影响学生的学业成绩,也可能对其心理健康和长期语言能力发展造成负面影响。本文以高中生英语学习动机衰退为研究对象,从学生个体因素、教师教学因素、家庭环境因素以及社会文化因素四个维度分析其成因。研究发现,学生英语基础薄弱、学习压力过大、学习方法不科学、教师教学方式单一、课堂互动不足、家庭支持有限以及应试教育导向,是导致动机衰退的主要原因。在此基础上,本文提出了一系列可行策略:一是优化课堂教学模式,采用情境教学、合作学习及项目式学习;二是建立多元化评价体系,关注学习过程与能力提升;三是加强家校合作,提供情感与学习支持;四是帮助学生树立学习信心,设置阶段性目标并给予积极反馈;五是营造积极学习氛围,丰富语言实践机会和文化体验。本文旨在为高中英语教学提供理论依据和实践参考,帮助学生恢复学习动机,提升英语学习效果。

关键词

高中英语, 学习动机, 动机衰退, 教学策略, 成因分析

Research on the Factors Leading to the Decline of English Learning Motivation in Senior High School Students

Ting Zhang

School of Foreign Languages, Chongqing Sanxia University of Science and Technology, Chongqing

Received: June 5, 2026; accepted: July 6, 2026; published: July 14, 2026

Abstract

Motivation in English learning is a critical psychological factor influencing high school students'

文章引用: 张婷. 高中生英语学习动机衰退的成因研究[J]. 教育进展, 2026, 16(7): 421-428.

DOI: 10.12677/ae.2026.1671385

learning outcomes. It reflects not only students' interest in learning but also their ability to engage in self-directed study, participate actively in class, and sustain long-term learning. However, in the high school context, increasing academic difficulty, intense college entrance competition, and an exam-oriented education system have led many students to experience declining interest, reduced classroom participation, and increased learning fatigue, indicating a clear decline in English learning motivation. This decline may negatively affect academic performance, psychological well-being, and long-term language proficiency. This study investigates the causes of declining English learning motivation among high school students from four perspectives: individual student factors, teaching practices, family environment, and socio-cultural influences. The findings suggest that weak English foundations, excessive academic pressure, inefficient learning methods, monotonous teaching approaches, insufficient classroom interaction, limited family support, and exam-oriented education are the main contributors to motivation decline. Based on these findings, the study proposes practical strategies: (1) optimizing classroom instruction through situational teaching, collaborative learning, and project-based activities; (2) establishing diversified assessment systems that emphasize learning processes and skill development; (3) strengthening home-school cooperation to provide emotional and learning support; (4) helping students build learning confidence by setting achievable goals and offering positive feedback; and (5) creating a positive learning environment by providing ample opportunities for language practice and cultural experiences. These strategies aim to enhance students' motivation, improve learning outcomes, and provide theoretical and practical guidance for high school English education.

Keywords

High School English, Learning Motivation, Motivation Decline, Teaching Strategies, Cause Analysis

Copyright © 2026 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

随着全球化进程的不断加快，英语作为国际通用语言的重要性日益凸显。高中阶段是学生英语能力快速提升和学习习惯逐渐稳定的关键时期。学生在这一阶段不仅需要掌握丰富的词汇、语法和阅读技能，还需要具备良好的听说能力和自主学习能力，为未来的升学和职业发展奠定基础。然而，近年来在实际教学中，许多高中生在英语学习中出现学习兴趣下降、课堂参与度不足以及学习倦怠感增强的现象，这表明学生的英语学习动机正在逐渐衰退。

学习动机是学生主动参与学习、维持学习行为的重要心理动力。积极的学习动机能够提高学生的学习投入和效率，激发自主学习能力，促进语言实际运用能力的发展；而动机衰退则可能导致学生学习态度消极、课堂参与率下降、学习效果不佳，甚至产生心理压力和挫败感。特别是在当前应试教育压力下，部分学生把英语学习仅视为应付考试的任务，而忽略了语言实际应用价值，从而进一步削弱了学习积极性。

造成高中生英语学习动机衰退的原因是多方面的。首先，学生自身因素如英语基础薄弱、学习方法不科学、心理状态和个体差异等都会影响学习动机。其次，教师教学因素如课堂教学方式单一、缺乏有效互动以及评价方式片面，也会影响学生的积极性。再次，家庭因素，包括家长期望、教育方式以及学习支持，也在动机形成和衰退中起着重要作用。最后，社会和文化因素，如应试教育环境、社会对成绩的过度关注以及网络娱乐分散注意力等，也会对学生学习动机产生直接或间接影响。

本文旨在通过分析高中生英语学习动机衰退的现象及其成因，为教师、学校和家长提供有效干预策略，帮助学生恢复学习兴趣，提升英语学习效果。研究将从学生个体、教师教学、家庭环境和社会文化四个维度系统分析动机衰退的原因，并提出针对性的改进措施，为高中英语教学提供理论和实践参考。

2. 概念界定

(一) 高中生的定义与特点

“高中生”指我国普通高中阶段(一般为 15~18 岁)的在校学生。在这一阶段，学生正处于青少年晚期，心理和认知发展迅速，同时也面临学业压力、升学竞争和社交环境的多重挑战。高中生的心理和行为特点对英语学习动机具有直接影响：

认知发展：高中生已经具备较强的抽象思维和逻辑分析能力，但注意力和情绪容易波动，学习效率和课堂参与可能受影响。

自我意识增强：他们开始关注自身评价及同伴评价，自尊心和自信心变化会直接影响学习兴趣和动机。

压力感受敏感：升学压力、成绩要求和家庭期望在高中阶段尤为突出，这些压力既可以激励学生努力，也可能导致焦虑和学习倦怠。

因此，研究高中生英语学习动机衰退必须结合他们的心理发展特征和社会环境因素，才能准确理解动机变化原因。

(二) 英语学习动机

英语学习动机是指推动学生主动学习英语、保持学习投入和持续努力的内部心理动力。在高中阶段，动机不仅影响课堂表现，也决定课外学习和语言实际运用能力。动机可从以下角度理解：

内部动机：学生因对英语内容本身感兴趣而主动学习，如喜欢英语文化、电影、音乐或跨文化交流。这类动机稳定性高，能长期维持学生学习热情。

外部动机：学生因外部压力或奖励而学习，如为了考试成绩、升学压力或家长期望。外部动机短期有效，但长期依赖容易导致学习倦怠。

整合性与工具性动机：整合性动机强调学生希望融入目标语言文化，具有长期学习倾向；工具性动机则侧重实用目的，如考试或升学需求。高中生往往受到多种动机交互影响，因此动机衰退可能源自内部兴趣不足或外部压力过大。

(三) 动机衰退

动机衰退是指学生原本具备的学习兴趣或学习意愿逐渐减弱，表现为课堂参与不足、学习投入下降和学习兴趣降低。高中英语学习中动机衰退的表现主要包括：

兴趣下降：学生不再主动阅读英文材料或参与课外活动，对课堂内容失去兴趣。

课堂参与减少：学生不愿回答问题、参与讨论或小组活动，缺乏语言实践机会。

心理疲劳与挫败感：长期高压学习或成绩不理想导致学生感到倦怠和挫败，进一步削弱动机。

动机衰退不仅影响学业成绩，还可能引发负面情绪，影响学生长期英语能力的积累。

(四) 学习成因分析的概念

学习成因分析是指通过多角度探讨影响学生学习动机变化的因素。在本研究中，成因主要涉及：

学生个体因素：英语基础、学习方法、心理状态及青春期心理特征。

教师教学因素：课堂教学方式、互动水平、评价方式和作业安排。

家庭与社会因素：家长期望、教育方式、家庭学习氛围、社会应试压力及网络环境影响。

通过系统分析这些因素，可以深入理解动机衰退的形成机制，为提出科学有效的干预策略提供依据。

3. 理论基础

3.1. 社会心理学动机理论(Socio-Educational Model)

由加德纳(Gardner, 1985)提出的社会心理学动机理论强调, 语言学习动机不仅来源于个体心理, 更受到社会环境和文化因素的影响[1]。理论认为, 学习者的动机可分为两类:

整合性动机(Integrative Motivation): 学生希望融入目标语言的文化环境, 学习英语不仅为了学术需求, 也为了社会交流和文化认同。整合性动机通常能够激发学生长期坚持学习的兴趣和主动性。

工具性动机(Instrumental Motivation): 学生学习英语是为了达到实际目的, 如升学、就业或考试成绩。工具性动机在短期内能提高学习效率, 但长期缺乏兴趣支撑时, 学习动机容易衰退。

在高中英语学习中, 学生往往同时受到整合性和工具性动机的影响。例如, 一部分学生可能对英语文化感兴趣, 同时又受到高考成绩压力驱动。这种双重动机在短期内可以提高学习投入, 但当外部压力过大或内部兴趣不足时, 就容易出现动机衰退。

3.2. 自我决定理论(Self-Determination Theory)

自我决定理论由 Deci 和 Ryan (1985)提出, 是理解学习动机内部机制的重要理论[2]。该理论认为, 个体动机的强弱取决于自主性(Autonomy)、能力感(Competence)和关系感(Relatedness)三个基本心理需求的满足程度:

自主性: 学生希望在学习过程中拥有选择权和控制感。如果高中生只能被动完成教师布置的任务, 而缺乏自主选择学习内容的机会, 他们的内部动机容易下降。

能力感: 学生希望通过学习获得成功体验。如果学生长期感到英语学习困难、成绩不理想, 就可能产生挫败感, 学习信心下降, 从而导致动机衰退。

关系感: 学生希望获得教师、同伴和家长的支持与认可。缺乏正向反馈的环境容易削弱学生的学习兴趣 and 课堂参与度。

自我决定理论强调, 动机的衰退往往是上述三个心理需求未得到满足的结果。因此, 高中英语教学中若忽视学生自主选择、学习成就感和情感支持, 动机衰退现象将更加明显。

3.3. 期望价值理论(Expectancy-Value Theory)

期望价值理论由 Wigfield 和 Eccles (2000)提出, 认为学习动机主要受两个因素影响: 对成功的期望(Expectancy for Success)和任务价值(Task Value) [3]。

成功期望: 学生认为自己有能力完成学习任务的信心。如果高中生对英语学习缺乏自信, 长期成绩不理想, 就会降低学习投入和积极性。

任务价值: 学生对英语学习的意义和价值的认知。如果学生认为学习英语没有实际用途或难以应用到日常生活和未来发展, 动机也会随之下降。

期望价值理论强调动机是动态的, 会随着学生对学习结果的期望和对学习价值的认知变化而变化。这一理论能够很好解释为什么即使学生有一定基础或外部压力, 缺乏兴趣和价值认知也会出现动机衰退。

4. 国内外研究现状

4.1. 国内研究现状

近年来, 随着我国高中教育的不断发展, 关于高中生英语学习动机的研究逐渐增多, 尤其关注学生动机衰退的成因及干预策略。国内研究主要集中在三个方面: 学生个体因素研究、教师教学因素研究、

家庭及社会因素研究。在研究方法上,多数学者结合问卷调查、课堂观察和案例分析,系统探讨了动机衰退的具体表现及影响机制。

(一) 学生个体因素研究

国内学者普遍认为,学生自身的心理特征、学习基础和学习方法是影响英语学习动机的重要因素。王初明(2001)指出,高中生英语基础差异显著,基础薄弱的学生在学习中容易出现挫败感和自我否定,从而降低学习动机[4]。研究表明,长期成绩不理想会使学生逐渐失去学习兴趣,表现为课堂参与度下降、作业拖延以及缺乏自主学习行为。

此外,学习方法的科学性也直接影响学生动机。文秋芳(1996)发现,许多学生仍采用死记硬背单词或机械刷题的方式学习英语,忽视听说、阅读理解和语言实际应用能力的培养[5]。这种单一的学习方式容易让学生感到枯燥和压力过大,进而导致动机下降。

心理因素同样重要。束定芳(2004)研究指出,高中生正处于青春期后期,自我意识增强,情绪波动大,容易受到同伴评价、考试压力和家庭期望影响[6]。当学生感到无法达到预期目标时,会产生焦虑、倦怠甚至逃避心理,从而出现学习动机衰退现象。

(二) 教师教学因素研究

国内研究普遍认为,教师的教学方式和课堂管理对高中生英语学习动机具有重要影响。李庭芎(1983)指出,课堂过于强调语法讲解和题海训练,而缺乏实际应用和互动环节,导致学生学习兴趣下降[7]。教师如果仅关注知识传授而忽略学生情感需求,基础薄弱学生很容易产生自卑感和被动学习的态度。

评价方式也是影响动机的重要因素。刘润清(1999)研究表明,过度以考试成绩评价学生会增加心理压力,使学生形成“为分数而学”的功利心理[8]。这种评价方式忽视学习过程和能力发展,容易加剧动机衰退。

同时,教师课堂互动和反馈的不足也被认为是动机下降的原因之一。课堂互动少、学生缺乏参与机会,以及教师正向反馈不足,都会降低学生的成就感和学习兴趣,从而导致学习主动性下降。

(三) 家庭及社会因素研究

国内研究还发现,家庭和社会环境对高中生英语学习动机的形成和维持具有重要作用。家长期望过高、教育方式单一或缺乏有效指导,容易增加学生心理压力。束定芳(2004)指出,频繁的成绩比较或批评可能伤害学生自尊心,导致学习兴趣下降[6]。相反,家庭提供积极支持和良好学习环境,能够有效增强学生学习信心和动机。

社会文化因素也是研究关注的重点。应试教育背景下,高中英语学习更多是为了应付考试,而缺乏语言实际应用机会。这种环境容易让学生把学习视为机械任务,降低内在兴趣。张大均(2001)指出,网络娱乐和短视频对高中生时间分配的影响也不容忽视,过多的娱乐分散了学习注意力,使动机下降更为明显[9]。

(四) 研究总结与启示

综上所述,国内研究表明,高中生英语学习动机衰退是多因素交互作用的结果:学生自身心理与基础、教师教学方式与课堂管理、家庭环境及社会文化背景共同影响动机的形成和变化。现有研究为理解动机衰退提供了丰富经验和数据支持,也为提出有效教学干预策略提供了依据。然而,国内研究仍存在一定局限,如多依赖问卷调查而缺乏长期跟踪研究,实际教学干预策略的实证研究仍较少。这为后续研究提供了方向,即在综合分析多因素的基础上,开展针对性干预和实践验证。

4.2. 国外研究现状

国外学界针对二语/外语学习动机衰退的研究起步更早,研究体系也更为成熟。早期研究多依托社会心理学动机理论、自我决定理论等经典框架展开实证探索。诸多国外学者结合不同学段、不同母语背景学习者开展调研,证实学习者个体基础薄弱、学习策略缺失会直接弱化二语学习动机。

在教学层面,国外研究普遍提出,固化的讲授式教学、低互动课堂模式、单一结果导向评价体系,是造成学生外语学习兴趣流失的核心诱因。部分学者通过长期课堂追踪发现,课堂缺少情境创设、合作探究等活动,学习者的内部学习动机持续走低。

在外部环境层面,国外研究重点分析社会语言环境、家庭态度、网络媒介等因素对学习动机的影响。有研究指出,当目标语言脱离日常生活场景,学习者无法感知语言实用价值时,工具性动机也会逐步衰减。同时,过度的学业竞争、负面的家庭沟通方式,同样会加剧动机衰退问题。

整体来看,国外研究已形成“个体-教学-环境”三维分析范式,相关理论与实证成果可为我国高中英语教学研究提供参考。但由于中外教育体制、文化环境、学情存在明显差异,其研究结论无法直接套用,需要结合我国高中应试教育现状、高中生身心特点进行本土化改造与验证。

5. 研究展望

针对高中生英语学习动机衰退问题,国内外已有大量研究为理解动机变化和制定干预策略提供了理论和实证依据。然而,现有研究仍存在一些局限性,例如多依赖横断面问卷调查、缺乏长期跟踪研究,实践干预策略的验证相对有限。因此,未来研究在以下几个方向仍具有重要探索价值。

5.1. 深入分析学生个体差异与心理特征

未来研究应更加关注学生个体差异对英语学习动机的影响。高中生正处于青春期后期,心理发展、情绪波动、兴趣爱好以及学习自信存在显著差异。研究可以从以下几个方面深入:

基础水平与能力差异:英语基础较弱的学生更容易出现挫败感和自我否定,需要关注其长期动机维持问题。

学习策略与方法差异:不同学习方式对动机的影响可能不同,未来研究可结合认知心理学分析哪些学习策略更有助于维持学习兴趣。

心理状态与情绪调控:学生焦虑、压力、倦怠感与动机变化密切相关,通过心理测评和跟踪观察,能够揭示动机衰退的心理机制。

通过深入分析学生个体特征,研究者可以更精准地解释动机衰退现象,为有针对性的干预策略提供依据。

5.2. 教师教学与课堂干预研究

教师的教学方式、课堂设计和反馈机制对学习动机有直接影响。未来研究应进一步探讨如何通过课堂干预维持学生学习动机,包括:

课堂互动模式:研究不同互动方式(小组合作、角色扮演、项目任务)对学生动机和学习投入的长期效果。

反馈与评价方式:分析正向反馈、形成性评价和过程性评价对学习动机的促进作用,探索减少单纯考试压力的方法。

教学策略创新:结合现代信息技术(如多媒体、网络学习资源、虚拟情境模拟)对动机的激发作用,为教师提供可操作的课堂设计策略。

通过系统验证课堂干预策略,未来研究可以为高中英语教育提供可行的实践指导。

5.3. 家庭与社会环境因素研究

家庭和社会环境对高中生英语学习动机形成和维持有显著影响。未来研究应关注:

家长期望与支持方式:研究不同家庭教育方式对学习动机的正负影响,如鼓励性支持、情感关怀与过度压力的对比。

社会文化与教育环境：在应试教育压力较大、网络娱乐丰富的背景下，探讨社会文化因素如何影响学生英语学习动机衰退。

跨文化对比研究：通过比较不同国家和地区高中生英语学习动机及其变化规律，为我国教育实践提供参考和借鉴。

通过分析家庭和社会因素，研究可以帮助教师和家长更有效地调节外部环境，促进学生学习动机的持续发展。

5.4. 长期跟踪与动态研究

当前多数研究多为横断面调查，缺乏对学生动机变化的长期跟踪。未来研究可采用纵向设计，结合课堂观察、心理测评和行为跟踪，探索动机变化的动态过程：

动机发展轨迹：分析高中不同学年、不同学段学生英语学习动机的变化规律。

干预效果验证：通过长期跟踪观察不同干预策略对学习动机的持续影响，评估策略有效性。

个体差异与动态调控：研究如何根据学生动机发展趋势进行动态调控，提高干预措施的针对性和实效性。

5.5. 小结

总体来看，未来研究应从学生个体心理特征、教师教学与课堂干预、家庭与社会环境因素、长期动态跟踪四个方面系统探索高中生英语学习动机衰退问题。这不仅能够丰富动机理论研究，也为高中英语教育提供理论和实践参考，帮助教师和家长采取有效措施，促进学生学习兴趣和自主性的发展，从而缓解动机衰退现象，提高学习效率。

6. 对外语教学的启示

6.1. 优化课堂教学模式，增强学习主动性

课堂教学方式是直接影响学生英语学习动机的重要因素。研究表明，单一的讲授模式和大量机械刷题容易让学生产生枯燥感和学习倦怠，导致动机下降。因此，教师应在教学中采用多样化、互动性强的课堂模式：

情境教学：通过模拟真实生活场景(如购物、旅行、文化交流)引导学生在具体语境中使用英语，提高语言实际运用能力和学习兴趣。

合作学习与项目式任务：通过小组讨论、角色扮演、英语辩论或跨学科项目，让学生在团队互动中学习，不仅提升语言能力，也增强自主学习意识。

多媒体与信息技术辅助：利用英语电影片段、网络资源、在线阅读材料等，丰富教学内容，激发学生学习兴趣，提升课堂参与度。

通过优化课堂结构和教学方式，学生能够从被动接受知识转向主动学习，从而有效维持和提升学习动机。

6.2. 建立多元化评价体系，关注学习过程

传统单一以考试成绩评价学生的方法，会增加学生压力，使学习动机偏向短期功利目标，而忽视语言实际应用能力。因此，学校和教师应建立多元化评价体系[7]：

过程性评价：关注学生在学习过程中的努力、课堂参与、作业完成和自主学习行为，而不仅仅看考试成绩。

形成性评价：通过阶段性任务、口语展示、小组项目和阅读报告等方式，及时反馈学生学习进展，

帮助学生建立成就感。

多维度能力考核：综合听、说、读、写各项能力，尤其重视语言实际运用能力，促使学生看到学习成果的多样性。

多元化评价能够有效缓解学生因成绩压力而产生的焦虑，同时激发内部动机，促使学生形成长期学习兴趣。

6.3. 增强学生学习信心与心理支持

学生个体因素，如学习基础、心理状态和自我效能感，是影响学习动机的重要因素。教师和学校应采取措施帮助学生建立自信，增强学习积极性[1] [3]：

分层教学与差异化指导：针对不同英语水平的学生设计适合的学习任务，让每位学生都能获得成功体验。

阶段性目标设定：帮助学生制定可实现的短期目标，如每周掌握一定词汇量、完成一次口语练习，逐步积累成就感。

积极反馈与心理疏导：教师应及时肯定学生进步，鼓励学生面对失败和挫折；学校可以开展心理健康教育和减压活动，缓解学习焦虑。

通过增强学习信心和心理支持，学生能够更主动地参与学习活动，减轻动机衰退带来的负面影响。

6.4. 家校合作与社会支持

高中生学习动机的维持不仅依赖课堂教学，还受家庭和社会环境影响。教师和学校应与家长形成教育合力，同时关注社会文化因素：

家校沟通与合作：教师应及时向家长反馈学生学习情况，帮助家长理解学生学习压力，鼓励家长采用支持性教育方式，而非单纯以成绩施压。

营造积极学习氛围：通过班级活动、英语角、英语文化节、阅读分享和跨校交流等，增强学生学习兴趣，让英语学习不仅是学科要求，也是一种体验与交流方式。

社会价值认知引导：引导学生认识英语学习对未来升学、职业发展及跨文化交流的重要性，帮助学生形成长期学习目标，提升学习内在动力。

通过家庭和社会多方支持，学生能够在课堂之外获得持续激励，形成稳定的学习动机。

参考文献

- [1] Gardner, R.C. (1985) *Social Psychology and Second Language Learning: The Role of Attitudes and Motivation*. Edward Arnold.
- [2] Deci, E.L. and Ryan, R.M. (1985) *Intrinsic Motivation and Self-Determination in Human Behavior*. Plenum Press.
- [3] Wigfield, A. and Eccles, J.S. (2000) Expectancy-Value Theory of Achievement Motivation. *Contemporary Educational Psychology*, 25, 68-81. <https://doi.org/10.1006/ceps.1999.1015>
- [4] 王初明. 外语学习中的情感因素与学习效果[J]. 外语教学与研究, 2001(4): 245-250.
- [5] 文秋芳. 英语学习策略论[M]. 上海: 上海外语教育出版社, 1996.
- [6] 束定芳. 外语教学改革: 问题与对策[M]. 上海: 上海外语教育出版社, 2004.
- [7] 李庭芴. 英语教学法[M]. 北京: 高等教育出版社, 1983.
- [8] 刘润清. 外语教学中的学习者因素研究[J]. 外语教学与研究, 1999(1): 10-15.
- [9] 张大均. 教育心理学[M]. 北京: 人民教育出版社, 2001.