

# 外语学习无聊情绪实证研究综述(2013~2022)

王 建<sup>1</sup>, 张藤耀<sup>2</sup>

<sup>1</sup>吉利学院外国语言与文化学院, 四川 成都

<sup>2</sup>商丘学院应用科技学院, 河南 开封

收稿日期: 2022年8月29日; 录用日期: 2022年10月5日; 发布日期: 2022年10月12日

## 摘要

无聊情绪是一种消极的心理和情感体验, 在外语学习过程中普遍存在, 但长期以来被研究人员及外语教师忽略。近年来, 随着应用语言学的“情感转向”, 越来越多二语习得领域的专家对这种“厌恶”情绪展开了调查。为了解此领域的研究动态, 本文对近十年国内外相关的实证研究进行了梳理。分析发现, 此领域主要涉及六大主题: 外语学习无聊情绪的诱发因素、内在结构、动态变化及个体差异, 无聊感与其他情感、外语成绩的关系以及应对无聊感的策略。最后, 文章指出了该研究领域的不足之处及未来的研究方向。

## 关键词

外语学习无聊, 诱发因素, 内在结构, 情感, 动态性, 外语成绩, 应对策略

# An Overview of the Empirical Research on Foreign Language Learning Boredom (from 2013 to 2022)

Jian Wang<sup>1</sup>, Tengyao Zhang<sup>2</sup>

<sup>1</sup>School of Foreign Languages and Culture, Geely University of China, Chengdu Sichuan

<sup>2</sup>Applied Science and Technology College, Shangqiu University, Kaifeng Henan

Received: Aug. 29<sup>th</sup>, 2022; accepted: Oct. 5<sup>th</sup>, 2022; published: Oct. 12<sup>th</sup>, 2022

## Abstract

Boredom is one negative psychological and affective experience, which is an emotion ubiquitous in foreign language learning. However, such an emotion has long been neglected by researchers

and foreign language teachers. In recent years, with the “affective turn” transpiring in applied linguistics, this “aversive” emotion has begun to be investigated by experts in second language acquisition. To have a clear picture of the state of the art in this field, relevant empirical studies in the past decade are reviewed. Analyses show that six themes have been addressed in this field, including the triggers of boredom, its internal structures, connections with other emotions, dynamicity and individual differences, relationship with foreign language achievements, and its corresponding countermeasures. Finally, the limitations of these studies and the directions for future research are also discussed.

## Keywords

Foreign Language Learning Boredom, Triggers, Internal Structure, Emotion; Dynamicity, Foreign Language Achievements, Corresponding Countermeasures

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

外语或二语学习过程往往受到学习者情感因素的影响，包括积极情感(如愉悦感、好奇心及自豪感)和消极情感(如焦虑感、沮丧感及无聊感) [1]。这些情感可以通过影响学习者对所学知识形成正面或负面的态度或感知，促进或阻碍学习进程[2]。美国著名语言教育家克拉申认为，情感因素是二语习得过程中的非语言变量，决定可理解性输入能否进入到学习者大脑中的语言习得机制，从而影响语言习得的成效[3]。例如，语言学习者在学习过程中产生的焦虑感、恐惧感及无聊情绪等消极的情感因素可阻止输入信息进入学习者大脑的语言区域，妨碍语言输入转化为语言吸入，从而不利于语言的习得。

但必须指出的是，学习者情感因素长期被二语习得领域视为一个无关紧要的非理性因素[4]。近十年来，随着应用语言学研究的“情感转向” [5]，语言学习中涉及的情感因素逐渐成为二语习得研究中的新风向[6] [7]，学习者的情感体验引起了越来越多的关注[8]。研究人员除了对情感过滤假说中提及的学习焦虑、自信及动机进行了广泛的研究外，也不断关注二语课堂中的其他情感，比如语言学习的愉悦感[2]，语言学习兴趣[9]及情感参与[10]等。但二语习得领域对外语学习无聊感这一“厌恶”情绪的关注相对不够[7]。实证研究表明，学习过程中的无聊情绪可能会造成严重的后果，比如学习者可能避免与老师及同伴互动、缺乏完成学习任务的动力、完全脱离学习过程、甚至经历抑郁症。但由于这种负面情绪没有显性的外在体现，教师可能会将其归因于学习焦虑、个体性格及学习懒惰等因素而忽略经历无聊情绪的学习者[11]。鉴于此，对外语学习者的无聊情绪研究刻不容缓。本文从无聊情绪的内涵出发，然后对外语学习无聊情绪的实证研究进行评述。

## 2. 无聊情绪的内涵

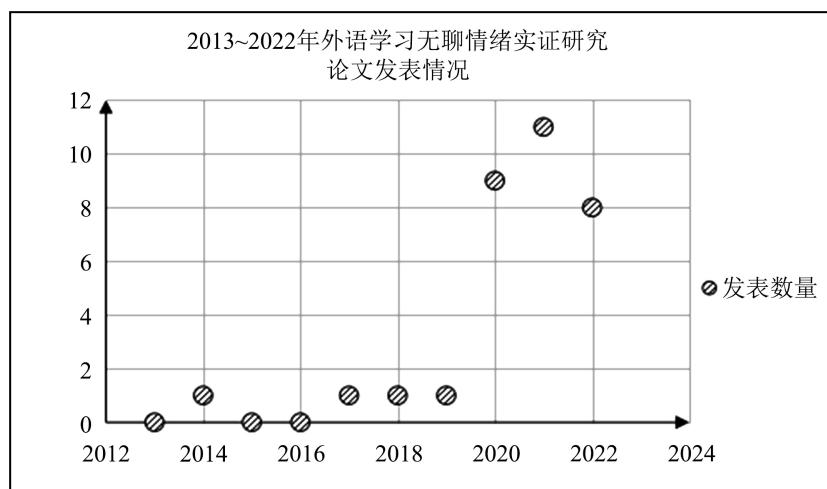
教育心理学领域的专家对无聊情绪的研究较为深入。他们认为，无聊感是一种消极的心理和情感体验，是一种不愉快的、过程型负性学业情绪[12]，是在学习者处于低认知刺激和低生理唤醒的环境中产生的[13]。这种环境无法诱发学习者深入地、有意义地参与及投入到学习任务中。无聊感在教育情境中普遍存在，负向影响学习者的个人行为、课堂参与、认知发展、兴趣培养、学习动机、学习策略的运用以及学习表现[14]。

无聊感大致被分为两种：状态无聊和特质型无聊。状态无聊指的是特定情境下短暂的无聊感，是由单调乏味、简单重复的外在刺激或者个体的认知偏差所引发的主观感受，或因教师的教学实践与学习者学习水平间的不匹配而导致，产生状态无聊感的个体通常难以维持注意力并感知到无意义感和无挑战感[15]。而特质型无聊是一种人格倾向，属于人格范畴，具有相对的稳定性，是学习者在大多数生活情境中都能体验的一种心理感受[16]。Goetz 等人将无聊感细分为五类，第一类为漠不关心的无聊，表现为学习者内心平静或脱离外部世界而感受到的心理状态。第二类是校准无聊，一种略微不愉快的情绪状态，其特点是思想神游、不知所措以及对与当前情况无关的活动保持开放。第三种是搜寻无聊，一种更为消极的心理感受，个体可能会因感到不安而利用其他可替代的活动摆脱无聊心态。第四种为反应性无聊，是一种高度不愉悦甚至反感的情绪体验，个体表现出明显的躁动和攻击性，对特定的、更有价值的替代活动有持续的想法，并具有逃离无聊状态的强烈动机。最严重的无聊感为冷淡的无聊，经历这种无聊情绪的个体通常对身边所有事物麻木不仁、漠不关心，甚至会产生无助感及压抑感[17]。

### 3. 外语学习无聊情绪实证研究概况

本文第一作者分别以“外语学习无聊情绪”及“foreign language learning boredom”为关键词对2013~2022年间发表在中国知网(CSSCI来源期刊)及Web of Science核心数据库的期刊论文进行高级检索；其次，两位作者阅读检索到的所有文章的摘要部分，直接筛除掉综述类、介绍类文章，然后仔细阅读剩余文章的内容及参考文献部分，并采取“顺藤摸瓜”的方式找出检索遗漏的、且符合条件的文章。最终，我们共检索到32篇论文，其中中文论文3篇，英文论文29篇。确定文献范围之后，两位作者从32项研究的总体趋势、研究主题、理论基础及研究设计和4个方面进行分析，结果如下。

#### 3.1. 总体趋势



**Figure 1.** Numbers of published empirical research papers on foreign language learning boredom from 2013 to 2022

**图 1.** 2013~2022 年外语学习无聊情绪实证研究论文发表情况

2013年，Chapman 的博士论文探究了美国德语学习者课堂学习中的无聊情绪[18]，标志着外语学习无聊情绪研究的开端。后来，学者对波兰 EFL (English-as-a-Foreign-Language) 教学诱发的无聊情绪展开了大量研究[1] [19] [20] [21] [22] [23]。近几年，该领域的研究引起了亚洲学者的关注。中国大陆学者中成果最突出的当属华中科技大学的李成陈教授，她及合作的学者对中国各层次 EFL 学习者的外语无聊情绪

展开了调查[7] [24] [25]。检索研究发现，自 2013 年到 2019 年，外语教学领域对无聊情绪的关注不够，七年时间公开发表的论文仅有 4 篇(见图 1)。但从 2020 年开始，该领域研究的数量断层式增长，2021 年达到 11 篇。本文作者于 Web of Science 及中国知网检索的最终时间为 2022 年 6 月 16 日，截止当日，2022 年上半年发文量已有 8 篇。我们认为，该领域的研究发文数量仍将保持增长。这种趋势说明，外语学习无聊情绪日益成为二语及外语教学领域的一个新的研究增长点。

### 3.2. 研究主题

两位作者分别仔细阅读 32 篇论文，并对论文的研究主题进行分类，存在分歧的地方协商解决，分类一致率为 96.875%。最终，我们确定了 6 类主要话题，具体的分类信息见表 1。部分研究( $N = 10$ )涉及了多个主题。

**Table 1.** Overview of the research topics

**表 1.** 研究主题信息

研究主题	无聊情绪的诱发因素	无聊情绪的内在结构	无聊情绪与其他情感的关系	无聊情绪动态变化及个体差异	无聊水平与外语成绩的关系	无聊感的应对策略
研究数量	13	3	10	11	3	2

### 3.3. 理论基础

32 项研究中，仅 31.25% ( $N = 10$ ) 明确提出了其理论基础，且均为教育心理学中重要的情绪理论：控制 - 价值理论。该理论基于学习者对学习情境的感知探究学习者无聊情绪的来源，认为如果学习者对学习任务存在“低价值、低控制”的感知，无聊感等不良情绪就可能产生[26]。剩余多数研究在讨论部分提到了其他的理论，比如刺激不足模型及心智能量理论等。前者认为，新学习刺激的匮乏及鼓励死记硬背而非培养解决问题能力的教学环境会引发无聊情绪[27]。而后者则表示，无聊感是由于挑战性过高或不足的任务导致的，因为在完成这类任务时学习者的心理能量单位过剩或不足[28]。

### 3.4. 研究设计

本节对外语学习无聊情绪实证研究的研究设计进行概述，具体包括研究对象、研究的教学情境、研究类型及研究工具 4 个维度。

#### 3.4.1. 研究对象

32 项研究中，多数研究以波兰英语专业学生以及中国大学 EFL 学习者为研究受试，各层次的 EFL 学习者均有涉及(详见表 2)。可以看出，目前外语教学研究领域对无聊情绪的关注还不够，研究面还不广，对各层次外语学习者的研究不平衡。此外，各项研究中涉及的学习者数量从 1 名到 3000 多名不等。2 项研究的受试涉及到外语教师。

#### 3.4.2. 教学情景

所有研究涉及 4 类教学情景，分别为线下教学、线上教学、虚拟平台及课后学习。其中多数研究以传统的线下教学为教学情景( $N = 22$ )。随着新冠疫情肆虐全球，研究人员开始关注线上教学中学习者的无聊情绪( $N = 5$ )。3 项研究以美国网络虚拟游戏平台 *Second Life* 为研究情景，1 项研究对比传统教学和线上教学中学生体验的无聊情绪，1 项研究探索了学习者课后外语学习的无聊感。

**Table 2.** Overview of the research subjects**表 2. 研究对象信息**

受试国籍	研究数量	受试层次	研究数量
波兰	15	小学	1
中国	10	初中	1
伊朗	4	高中	2
泰国	2	大学非英语专业	10
加拿大	1	大学英语专业	18

### 3.4.3. 研究类型

本文参照前人研究将研究类型分为质性、量化和混合式研究[29]。统计发现，多数研究为纯量化研究( $N = 13$ )，其次为混合式研究( $N = 12$ )，7项研究为纯质性研究。此外，11项研究属于历时研究，时长从1节课到15周不等，其余研究( $N = 21$ )为横断研究。

### 3.4.3. 研究工具

32项研究采用的研究工具丰富多样(详见表3)，以量化问卷为主，大部分研究结合多种研究工具收集数据，对研究结果进行三角验证，以保证研究的信度。

**Table 3.** Overview of the research instruments**表 3. 研究工具信息**

研究工具	访谈	开放问卷	量化问卷	反思日志	测试	课堂笔记
研究数量	8	11	22	6	3	1

## 4. 各研究主题评述

如前所述，与外语无聊情绪相关的实证研究主要有6个方面，下面将对各个方面进行概要介绍。

### 4.1. 无聊情绪的诱发因素

外语学习无聊情绪的诱发因素是研究者们关注最多的方面。导致学习者无聊感的因素很多，主要可以概括为三点：任务或教学方式、教师特征及学生自身特点。任务特征是诱发无聊感最重要的维度。各研究的受试指出，毫无挑战、过简或过难的课堂任务[1] [30]、重复单调的课堂活动以及未经过精心设计的课堂安排[31] [32]是外语学习过程中产生无聊情绪的直接导火索。因为重复性、无挑战的任务活动具有低刺激低唤醒的特征，完成这类任务学生无法获得愉悦感[27]。重复的教学方式使得课堂活动无新鲜感，学生完全可以预测教师的课堂安排，容易产生“审美疲劳”，从而觉得学习毫无意义[19]。也有研究指出，任务目的不明确导致学生对任务理解不充分[33]、课堂活动设计与学生期待的落差较大以及学生对课堂活动的评价不高[34]也会诱发无聊情绪。此外，课堂任务的交互性不强同样是无聊感的诱因之一[16]。总之，课堂任务的设计不当会打消学习者的积极性，使他们摆脱令人沮丧的学习情境[14]。

除课堂任务或教学方式之外，教师因素也不容小觑，教师的性格特征、课堂行为及其对课堂的投入程度均会导致学习者的无聊感。Kruk 和 Zawodniak 对 30 名波兰英语专业学生的研究指出，学习者无聊感与教师因素息息相关，比如教师在教学过程中投入不够、对学生态度冷淡、缺乏显性教学和学习反馈、

课堂准备不充分以及课堂管理混乱[35]。Kruk 等人对 37 名伊朗 EFL 学习者的调查显示，如果教师过分主导课堂、缺乏清晰的教学目标、对学生的进步不关注、不恰当使用纠错策略、未与学生建立友好关系、缺乏对学生关爱，学生的无聊感最有可能被诱发[33]。也有研究指出，教师的负面性格特征也会造成外语学习者的无聊情绪[1] [35]。

学生自身的特征也可能诱发外语学习无聊感。Derakhshan 等人对 208 名伊朗 EFL 学习者的调查发现，新冠疫情期间，学生成长时间在线学习容易疲惫，其他学习者课堂上发表与课程无关的言论，学生完成冗长且无互动的汇报任务，这些学习者特征导致了外语学习无聊感[31]。此外，学习者的交际意愿较低及课堂参与度不够、学习动力不足及语言水平较低等也是无聊情绪的重要来源[7] [34]。

除以上三大因素外，EFL 学习者线上学习中遇到的技术问题(如操作不熟练及网络不稳定等)也能引发无聊感[31]。

## 4.2. 无聊情绪的内在结构

心理学及教育心理学等学科对无聊情绪的内在结构探讨较多，研究者们开发出了相应的测量工具。近几年，外语教学领域也有了类似的探索。Kruk 和 Zawodniak 开发了《实用英语课堂无聊问卷》(Boredom in Practical English Language Classes Questionnaire，简称 BPELC)，该量表包含 27 个条目，是二语习得领域第一个测量外语无聊情绪的量表[35]。但值得一提的是，该量表的理论基础尚不明确，制定过程也不透明，其构念效度、聚合效度、区分效度、效标效度及信度等心理测量特征都无从得知。

Li 等人利用质性与量化相结合的研究法，以 11 位中国大学英语教师及三千余名非英语专业学生为受试(其中 808 名学生参加先导实验, 2223 名学生参加主实验)，开发了《外语学习无聊量表》(Foreign Language Learning Boredom Scale，简称 FLLBS)，并从多维度验证了该量表的心理测量特征，保证量表具有较高的信度和效度。最终的量表由 7 个因子 32 个条目组成，涵盖英语课堂、任务过简或过难、PPT 情景、作业情景、厌师型及学习特质型无聊七个维度[25]。但该量表未考虑在线学习及课外学习诱发的无聊情绪；此外，质性数据是在一个时间点收集的，未考虑学习者无聊情绪的历时变化。

Pawlak 等人以 107 名波兰英语专业学生为研究对象，采用量化研究的方法开发出了《课外英语学习无聊问卷》(Boredom in Learning English Outside of School Questionnaire，简称 BLEOS)。通过探索性因子分析，该研究制定出了由三个因子组成的量化问卷：因子 1——不愿意学习英语及无法找到有趣的学习任务(9 个条目)；因子 2——缺乏创造力、专注度及参与感(共 7 个条目)；因子 3——时间观念的改变、未充分利用语言能力及学习的单调乏味(共 5 个条目) [36]。但该量表仅针对大学英语专业学习者，是否可推广至其他层次的学习者还需要更多研究的证实。

## 4.3. 无聊感与其他情感的关系

无聊情绪与其他心理因素存在何种关系引起了研究者们的兴趣，多数研究探讨了二语习得领域关注较多的情感维度。总的来说，无聊水平与外语愉悦感等积极心理因素呈负相关，与语言焦虑等负面情绪呈正相关。例如，Tze 等人指出 274 名加拿大本科生的自我调节学习效能感与无聊感存在显著负相关[30]。Kruk 以 2 名波兰成年英语学习者为研究对象，探究了交际意愿、动机、语言学习焦虑及无聊情绪的关系。研究表明，无聊情绪与交际意愿及动机呈负相关，而与语言学习焦虑呈正相关[37]。李成陈和 Dewaele 探究了 348 名非英语专业大一学生的特质型情绪智力及线上学习收获感对外语课堂无聊情绪的预测作用，发现前两者负向预测无聊情绪，但学习收获感的预测作用更大[24]。李成陈和韩晔调查了同一批学生的网课愉悦感、焦虑感及无聊情绪。结果显示，无聊情绪与愉悦感呈中到高等程度的负相关，而与焦虑呈小到中等程度的正相关[38]。Li 则发现 868 名中国大学生的外语愉悦感与外语无聊感呈较强的负相关[39]。

也有研究发现, 无聊感与教师热情度和学生参与度呈负相关, 教师热情度通过学习愉悦及无聊的中介作用间接影响学生参与度[40]。有 2 项研究探索了学习者无聊倾向与外语学习无聊感的关系, 指出具有高无聊倾向的学生在实际英语课中体验到的无聊感更强[20] [36]。

此外, Li 探究了学习者控制价值的评价对外语学习无聊感的影响, 发现评价与无聊感呈弱到中等程度的负相关。也就是说, 认为自己英语能力强并认为英语学习很重要的学习者学习过程中体验的无聊水平更高。该研究还指出, 内在价值评价对无聊感的影响大于控制评价及外在价值评价的影响[7]。Li 的另一项研究发现, 外语无聊与学习者内部因素(自我感知的外语水平、在同伴中的受欢迎程度、对外语、教师及外语文化的态度)呈负相关。回归分析表明, 在学习者内部因素中外语态度对无聊情绪的预测作用最强, 而教师友好是教师相关变量中最强的因子[39]。夏洋和陈雪梅在内容语言融合(Content-Language Integration, 简称 CLI)的教学环境下, 探究了课堂给养感知(Classroom Affordances)、控制 - 价值评价及外语课堂无聊水平三者间的关系。结果表明, CLI 课堂给养感知对外语课堂无聊情绪无显著直接影响, 但可通过学生的控制评价和价值评价对无聊情绪产生间接影响[41]。

#### 4.4. 无聊感动态变化及个体差异

类似于动机、焦虑等学习者情感, 外语学习无聊情绪会随着学习者内外部因素的改变而产生变化, 且呈现个体差异。这方面的研究主要以波兰 EFL 学习群体为研究对象, 但因研究的具体对象及研究工具存在差异, 得出的结论各不相同。

首先, 有研究指出, 课堂初学生的无聊水平较低, 随后逐步增强, 课堂结束时达到高潮[19] [31]。究其原因, Kruk 和 Zawodniak 指出学生在课程一开始时唤醒水平高, 精力充沛, 对教师准备的课程充满好奇心与高的期待, 教师的投入程度也高, 因此无聊水平相对较低。但随着课程的推进, 学生对老师的课程安排预测度较高、对同一门课程的教学方式更加熟悉, 因课程教学单调、缺乏新鲜感, 学生体的无聊水平便不断递增[19]。然而, Kruk 和 Zawodniak 的研究结果则显示, 412 名 EFL 学习者的无聊水平随着时间的推移表现出下降趋势, 最初无聊水平较高的学习者下降幅度更大[35]。也有研究发现, EFL 学习者的无聊水平呈现波动的状态。比如, Pawlak 等人要求 3 名波兰 EFL 学习者完成三次课的学习, 并根据 BPELC 的得分将学习者分为无聊水平低、中、高三类。结果表明, 无聊水平低的学习者课程第一次课到第三次课无聊水平平稳增强, 第三次课无聊水平达到中等水平。每次课的无聊水平波动也存在差异, 前两次逐渐增强, 但第三次比较平稳。无聊水平中等的学习者认为, 课程开始几分钟并不觉得无聊, 课程结束时最无聊, 但变化幅度不大。而无聊水平高的学习者经历了三次课无聊水平“增加 - 减少 - 不变”的波动, 而且三次课无聊水平都较高[22]。无聊水平的波动与学习者个体差异有关, 如学习风格、学习经历、自我意识、学习动机、交际意愿、学能、信念感、工作记忆[20] [21] [22]。

有几项研究以美国网络虚拟游戏 *Second Life* 平台作为教学载体, 探究了波兰 EFL 学习者在该平台与其他用户用英语交流过程中体验的无聊感。比如, Kruk 历时一学期的研究表明, 15 名学习者在会话初期到中期所体验到的无聊情绪维持在较低的水平, 然后逐步加强, 在结束时达到最高水平[42]。Kruk 的另一项历时 15 周的个案研究发现: 学习者 8 次会话无聊感呈上升趋势, 会话开始无聊感最弱, 结束时最强; 其他几次会话呈现比较波动的状态[43]。

Kruk 和 Zawodniak 利用混合式研究方法对比分析了 30 名波兰大二英语专业学生在第一到第三学期的 L2 (英语)和 L3 (德语)课堂中无聊情绪的比较。研究发现, 受试在 L2 和 L3 课堂上感受到的无聊感不存在显著差异, 但整体而言, 受试在 L2 课堂上产生的无聊程度较高。研究还发现, L2 课堂中第一学期学生体验的无聊感最低, 第二学期最高; L3 课堂中, 第一学期无聊感最低, 第三学期最高。每学期的学期始、学期中及学期末的对比发现: 学生在 L2 及 L3 学期初无聊感最低, 学期末最高; L2 与 L3 课堂每

学期各阶段无聊感不存在显著差异[32]。但是，该研究并非历时研究，而是让学习者填写外语学习无聊回顧问卷(foreign language boredom in retrospect questionnaire，简称 LLBR)，要求学习者回顾第一到第三学期 L2 及 L3 学习各阶段的无聊感进行描述。

#### 4.5. 无聊水平与外语成绩的关系

3 项研究基于控制一价值理论关注中国各层次 EFL 学习者外语学习无聊水平与外语成绩之间的关系，因研究对象及研究设计等方面存在差异，研究结果不一。李成陈和韩晔对 348 名非英语专业大一学生的调查发现，外语愉悦感与英语考试成绩及自评网课学习成效呈显著正相关，而无聊感及焦虑感则与考试成绩及自评成效呈负相关。回归分析显示，仅焦虑感能显著预测考试成绩，仅愉悦感及无聊感能显著预测自评成效[38]。Li 和 Wei 对 954 名中国农村初中生发放四次问卷(每次包括《外语课堂焦虑量表》、《外语愉悦量表(中文版)》以及《外语学习无聊量表》)并收集学生三次英语月考成绩，探讨外语愉悦感、焦虑感及无聊情绪对英语成绩的历时影响。结果表明：1) 高愉悦、低焦虑、低无聊均能独立预测学习者成绩；2) 与其他两种情感结合时，无聊感水平对成绩无预测力；3) 与焦虑相比，无聊感尽管是一种厌恶情绪，但对成绩的影响不大[44]。李成陈等对比分析了无聊情绪对农村( $N = 266$ )及城市( $N = 399$ )小学生学习成绩的影响。研究发现：1) 外语课堂无聊水平对所有学生的英语成绩均具有显著负向预测作用；2) 外语课堂无聊水平对乡村学生英语成绩的预测作用( $R^2 = 0.116$ )显著高于对城市学生成绩的预测力( $R^2 = 0.062$ ) [45]。

#### 4.6. 无聊感的应对策略研究

有 2 项研究专门探讨了如何应对外语学习无聊情绪。Nakamura 等人以混合式研究设计探索了教授无聊情绪管理策略的可行性。结果表明，25 名泰国 EFL 学习者正面评价无聊感管理策略教学，积极运用各类策略，并改善应对英语课堂上无聊感的方法[46]。但这些应对策略是否具有普适性还值得广泛探讨。Pawlak 等人以伊朗 34 名英语老师及 256 名 EFL 学习者为研究对象，采用质性研究方法调查了课程模式(线上与线下)和课程类型(内容型与技能型)两个中介变量对外语学习无聊情绪的影响及应对策略。结果表明，多数师生认为在线课程比传统的面授课程更无聊；教师认为两种课程类型均很无聊，但多数学生认为在线的内容型课程因其传统的讲授风格更容易诱发无聊感。此外，该研究还发现，教师有较多应对无聊情绪的有用措施，但大部分学生不知道如何应对课堂无聊，或者当无聊感难以忍受时，他们会寻求抑制型措施(如打游戏或者逃课等) [47]。

### 5. 不足之处及未来研究方向

无聊情绪是外语课堂上普遍存在的问题，并严重阻碍各层次学习者的学习过程[17]，但因其不如焦虑、愤怒等情绪明显，很容易被教师忽略，从而成为教学过程中的一大“隐患” [48]。自 2019 年以来，虽然国内外与外语学习无聊相关的论文数量在逐年上升，但还远远不够，目前关注这一消极情感的研究者屈指可数，这与外语教学在全球的地位严重不符，外语学习者在学习过程中体验到的无聊感这一负面情感因素被严重忽略。此外，从已有文献来看，复制性研究较多，如何从研究设计及研究主题两个方面推陈出新是本研究领域亟需解决的问题，本领域的可持续性发展问题值得深思。笔者认为，未来研究可从以下方面进行突破。

#### 5.1. 优化研究设计

研究设计方面可从研究对象及研究工具两个维度进行拓展。目前，有关外语学习无聊情绪的实证研究主要局限于波兰及中国 EFL 学习者，对其他群体学习者的研究不多。比如，针对中国 EFL 学习者的实

证研究主要出自华中科技大学的李成陈教授，然而李教授的研究主要聚焦公立大学的非英语专业学生，研究结果是否可推广到民办高校 EFL 学习者、其他各层次的 EFL 学习者以及其他语种的学习者尚不清楚。另如，李成陈教授设计的《外语学习无聊量表》尚未得到广泛应用，探索该量表在不同学习者群体中的适用性意义重大。再如，国内相关研究以量化研究为主要研究方法，运用质性方法的研究不多。此外，目前本领域所使用的研究工具主要为问卷、访谈及日志等，未来的研究可借助“课堂摄像 + 回溯访谈”以及有声思维的研究工具更准确地捕捉课堂内外的无聊情绪的特征、诱因及动态变化。

## 5.2. 深挖研究主题

研究主题还有值得挖掘的方面。首先，在网络教学背景下，外语学习者是否体验到外语学习无聊情绪，外语课程诱发的无聊感强度如何，无聊感是否在不同性别及不同年级存在显著差异等方向尚未得到研究者足够的关注。第二，目前还缺乏适用于调查外语学习者在线外语学习无聊感的量化问卷，而且问卷的设计是否应该充分考虑学习者的层次差异(小学、中学及大学)也是值得探讨的问题。第三，外语学习者在听、说、读、写、译等各个基本技能学习方面的无聊感情况如何，是否存在个体差异，在这些方面的无聊水平与学习者的成绩存在何种关系，学界也尚未明确回答这些问题。第四，一些研究探究了外语学习者无聊情绪的诱因，但未提供行之有效的应对方案。如何从宏观、中观和微观层面降低外语学习者的无聊水平，以及是否有应对外语学习无聊的有效策略，值得研究人员及一线教师深入探讨。最后，外语教师是外语教学的重要组成部分，其心理状态可能间接或直接影响教学效果，因此教师的无聊感不容忽视。研究者可从外语教师在教学过程中是否体验到无聊情绪，无聊水平如何，对外语教学有何影响等角度展开实证研究。

## 6. 结语

本文对近十年外语学习无聊情绪的实证研究进行了梳理，主要概括出了 6 大主题：无聊情绪的诱发因素、无聊情绪的内在结构、无聊感与其他情感因素的关系、无聊感动态变化及个体差异、无聊水平与外语成绩的关系以及无聊感应对策略。本文首先对无聊情绪进行了简要介绍，然后对整个领域的研究从宏观及微观层面进行了概述及评论，并指出了该领域研究的不足及未来研究方向。最后笔者希望，本研究可以促使国内一线教师对外语学习者学习过程中的无聊情绪引起重视，关注学习者的情感体验，以达到最佳的教学效果。

## 基金项目

四川省民办教育协会 2022 年研究课题。

## 参考文献

- [1] Zawodniak, J., Kruk, M. and Pawlak, M. (2021) Boredom as an Aversive Emotion Experienced by English Majors. *RELC Journal*. <https://doi.org/10.1177/0033688220973732>
- [2] Dewaele, J.M. and MacIntyre, P.D. (2014) The Two Faces of Janus? Anxiety and Enjoyment in the Foreign Language Classroom. *Studies in Second Language Learning and Teaching*, 4, 237-274. <https://doi.org/10.14746/ssllt.2014.4.2.5>
- [3] Krashen, S. (1982) Principles and Practice in Second Language Acquisition. Pergamon Press, Oxford.
- [4] 李天颐, 王启. 任务难度和趣味性对英语视听输入中词汇附带习得的影响[J]. 现代外语, 2020, 43(4): 516-528.
- [5] Pavlenko, A. (2013) The Affective Turn in SLA: From “Affective Factors” to “Language Desire” and “Commodification of Affect”. In: Gabrys-Barker, D. and Bielska, J., Eds., *The Affective Dimension in Second Language Acquisition, Multilingual Matters*, Clevedon, 3-28.
- [6] Dewaele, J.M., Chen, X., Padilla, A.M. and Lake, J. (2019) The Flowering of Positive Psychology in Foreign Language Teaching and Acquisition Research. *Frontiers in Psychology*, 10, Article No. 2128.

- <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.02128>
- [7] Li, C. (2021) A Control-Value Theory Approach to Boredom in English Classes among University Students in China. *The Modern Language Journal*, **105**, 317-333. <https://doi.org/10.1111/modl.12693>
- [8] Dewaele, J.M. and Li, C. (2020) Emotions in Second Language Acquisition: A Critical Review and Research Agenda. *Foreign Language World*, **196**, 34-49.
- [9] MacIntyre, P.D., Dewaele, J.M., Macmillan, N. and Li, C. (2019) The Emotional Underpinnings of Gardner's Attitudes and Motivation Test Battery. In: Al-Hoorie, A. and MacIntyre, P.D., Eds., *Contemporary Language Motivation Theory: 60 Years since Gardner and Lambert*, Multilingual Matters, Bristol, 57-79.  
<https://doi.org/10.21832/9781788925204-008>
- [10] Mercer, S. and Dörnyei, Z. (2020) Engaging Language Learners in Contemporary Classrooms. Cambridge University Press, London. <https://doi.org/10.1017/9781009024563>
- [11] Macklem, G.L. (2015) Boredom in the Classroom: Addressing Student Motivation, Self-Regulation, and Engagement in Learning (Vol. 1). Springer, Manchester.
- [12] Putwain, D.W., Pekrun, R., Nicholson, L.J., Symes, W., Becker, S. and Marsh, H.W. (2018) Control-Value Appraisals, Enjoyment, and Boredom in Mathematics: A Longitudinal Latent Interaction Analysis. *American Educational Research Journal*, **55**, 1339-1368. <https://doi.org/10.3102/0002831218786689>
- [13] Lewinski, P. (2015) Effects of Classrooms' Architecture on Academic Performance in View of Telic versus Paratelic Motivation: A Review. *Frontiers in Psychology*, **6**, Article No. 746. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2015.00746>
- [14] Daniels, L.M., Tze, V.M. and Goetz, T. (2015) Examining Boredom: Different Causes for Different Coping Profiles. *Learning and Individual Differences*, **37**, 255-261. <https://doi.org/10.1016/j.lindif.2014.11.004>
- [15] 苗芃, 谢晓非. 状态无聊: 一种寻求改变的情绪[J]. 北京大学学报(自然科学版), 2019, 55(6): 1161-1169.
- [16] Derakhshan, A., Kruk, M., Mehdizadeh, M. and Pawlak, M. (2022) Activity-Induced Boredom in Online EFL Classes. *ELT Journal*, **76**, 58-68. <https://doi.org/10.1093/elt/ccab072>
- [17] Goetz, T., Frenzel, A.C., Hall, N.C., Nett, U.E., Pekrun, R. and Lipnevich, A.A. (2014) Types of Boredom: An Experience Sampling Approach. *Motivation and Emotion*, **38**, 401-419. <https://doi.org/10.1007/s11031-013-9385-y>
- [18] Chapman, K.E. (2013) Boredom in the German Foreign Language Classroom. Ph.D Thesis, University of Wisconsin-Madison, Madison.
- [19] Kruk, M. and Zawodniak, J. (2018) Boredom in Practical English Language Classes: Insights from Interview Data. *Interdisciplinary Views on the English Language, Literature and Culture*, Zielona Góra, 1-2 December 2016, 177-191.
- [20] Pawlak, M., Kruk, M., Zawodniak, J. and Pasikowski, S. (2020) Investigating Factors Responsible for Boredom in English Classes: The Case of Advanced Learners. *System*, **91**, Article ID: 102259. <https://doi.org/10.1016/j.system.2020.102259>
- [21] Pawlak, M., Zawodniak, J. and Kruk, M. (2020) The Neglected Emotion of Boredom in Teaching English to Advanced Learners. *International Journal of Applied Linguistics*, **30**, 497-509. <https://doi.org/10.1111/ijal.12302>
- [22] Pawlak, M., Zawodniak, J. and Kruk, M. (2021) Individual Trajectories of Boredom in Learning English as a Foreign Language at the University Level: Insights from Three Students' Self-Reported Experience. *Innovation in Language Learning and Teaching*, **15**, 263-278. <https://doi.org/10.1080/17501229.2020.1767108>
- [23] Pawlak, M., Kruk, M. and Zawodniak, J. (2022) Investigating Individual Trajectories in Experiencing Boredom in the Language Classroom: The Case of 11 Polish Students of English. *Language Teaching Research*, **26**, 598-616. <https://doi.org/10.1177/1362168820914004>
- [24] 李成陈, Dewaele, J.M. 特质情绪智力及线上学习收获感对外语课堂无聊的预测作用[J]. 外语与外语教学, 2020(5): 33-44.
- [25] Li, C., Dewaele, J.M. and Hu, Y. (2021) Foreign Language Learning Boredom: Conceptualization and Measurement. *Applied Linguistics Review*. <https://doi.org/10.1515/applrev-2020-0124>
- [26] Pekrun, R. (2006) The Control-Value Theory of Achievement Emotions: Assumptions, Corollaries, and Implications for Educational Research and Practice. *Educational Psychology Review*, **18**, 315-341. <https://doi.org/10.1007/s10648-006-9029-9>
- [27] Larson, R.W. and Richards, M.H. (1991) Boredom in the Middle School Years: Blaming Schools versus Blaming Students. *American Journal of Education*, **99**, 418-443. <https://doi.org/10.1086/443992>
- [28] Davies, J. and Fortney, M. (2012) The Menton Theory of Engagement and Boredom. 1st Annual Conference on Advances in Cognitive Systems, Palo Alto, 6-8 December 2012, 131-143.
- [29] 文秋芳, 林琳. 2001-2015 年应用语言学研究方法的使用趋势[J]. 现代外语, 2016, 39(6): 842-852+874.

- [30] Tze, V.M., Daniels, L.M. and Klassen, R.M. (2014) Examining the Factor Structure and Validity of the English Precursors to Boredom Scales. *Learning and Individual Differences*, **32**, 254-260. <https://doi.org/10.1016/j.lindif.2014.03.018>
- [31] Derakhshan, A., Kruk, M., Mehdizadeh, M. and Pawlak, M. (2021) Boredom in Online Classes in the Iranian EFL Context: Sources and Solutions. *System*, **101**, Article ID: 102556. <https://doi.org/10.1016/j.system.2021.102556>
- [32] Kruk, M. and Zawodniak, J. (2020) A Comparative Study of the Experience of Boredom in the L2 and L3 Classroom. *English Teaching & Learning*, **44**, 417-437. <https://doi.org/10.1007/s42321-020-00056-0>
- [33] Kruk, M., Pawlak, M., Shirvan, M. E., Taherian, T. and Yazdanmehr, E. (2022) Potential Sources of Foreign Language Learning Boredom: AQ Methodology Study. *Studies in Second Language Learning and Teaching*, **12**, 37-58. <https://doi.org/10.14746/ssllt.2022.12.1.3>
- [34] Nakamura, S., Darasawang, P. and Reinders, H. (2021) The Antecedents of Boredom in L2 Classroom Learning. *System*, **98**, Article ID: 102469. <https://doi.org/10.1016/j.system.2021.102469>
- [35] Kruk, M. and Zawodniak, J. (2017) Nuda a praktyczna nauka je Rzyka angielskiego. *Neofilolog*, **41**, 115-131. <https://doi.org/10.14746/n.2017.49.1.07>
- [36] Pawlak, M., Kruk, M., Zawodniak, J. and Pasikowski, S. (2022) Examining the Underlying Structure of After-Class Boredom Experienced by English Majors. *System*, **106**, Article ID: 102769. <https://doi.org/10.1016/j.system.2022.102769>
- [37] Kruk, M. (2022) Dynamicity of Perceived Willingness to Communicate, Motivation, Boredom and Anxiety in Second Life: The Case of Two Advanced Learners of English. *Computer Assisted Language Learning*, **35**, 190-216. <https://doi.org/10.1080/09588221.2019.1677722>
- [38] 李成陈, 韩晔. 外语愉悦、焦虑及无聊情绪对网课学习成效的预测作用[J]. 现代外语, 2022, 45(2): 207-219.
- [39] Li, C. (2022) Foreign Language Learning Boredom and Enjoyment: The Effects of Learner Variables and Teacher Variables. *Language Teaching Research*. <https://doi.org/10.1177/13621688221090324>
- [40] Dewaele, J.M. and Li, C. (2021) Teacher Enthusiasm and Students' Social-Behavioral Learning Engagement: The Mediating Role of Student Enjoyment and Boredom in Chinese EFL Classes. *Language Teaching Research*, **25**, 922-945. <https://doi.org/10.1177/13621688211014538>
- [41] 夏洋, 陈雪梅. CLI 课堂给养感知与无聊情绪的关系研究: 控制-价值评价的中介作用[J]. 外语教学, 2022, 43(3): 44-49.
- [42] Kruk, M. (2016) Variations in Motivation, Anxiety and Boredom in Learning English in Second Life. *The EuroCALL Review*, **24**, 25-39. <https://doi.org/10.4995/eurocall.2016.5693>
- [43] Kruk, M. (2021) Variation in Experiencing Boredom during Self-Directed Learning in a Virtual World: The Case of One English Major. *Australian Review of Applied Linguistics*, **44**, 289-308. <https://doi.org/10.1075/aral.19050.kru>
- [44] Li, C. and Wei, L. (2022) Anxiety, Enjoyment, and Boredom in Language Learning amongst Junior Secondary Students in Rural China: How do They Contribute to L2 Achievement? *Studies in Second Language Acquisition*, 1-16. <https://doi.org/10.1017/S0272263122000031>
- [45] 李成陈, 韩晔, 李斑斑. 小学外语课堂无聊情绪与外语成绩之间的关系及城乡差异研究[J]. 外语教学, 2022, 43(3): 50-55.
- [46] Nakamura, S., Darasawang, P. and Reinders, H. (2021) A Practitioner Study on the Implementation of Strategy Instruction for Boredom Regulation. *Language Teaching Research*, 1-23. <https://doi.org/10.1177/13621688211010272>
- [47] Pawlak, M., Derakhshan, A., Mehdizadeh, M. and Kruk, M. (2021) Boredom in Online English Language Classes: Mediating Variables and Coping Strategies. *Language Teaching Research*. <https://doi.org/10.1177/13621688211064944>
- [48] Pekrun, R., Goetz, T., Daniels, L.M., Stupnisky, R.H. and Perry, R.P. (2010) Boredom in Achievement Settings: Exploring Control-Value Antecedents and Performance Outcomes of a Neglected Emotion. *Journal of Educational Psychology*, **102**, 531-549. <https://doi.org/10.1037/a0019243>