

日语高考大学生的英语学习焦虑研究

张欣婕¹, 高曦冉¹, 高阿妮², 董佳乐¹, 边瑞琳¹

¹曲阜师范大学翻译学院, 山东 日照

²曲阜师范大学经济学院, 山东 日照

收稿日期: 2025年2月21日; 录用日期: 2025年4月14日; 发布日期: 2025年4月22日

摘要

近年来, 由于日语在高考中更具优势, 选择日语作为高考外语科目的学生逐渐增多, 然而, 这些学生在进入大学后普遍面临着英语学习焦虑。本研究以大学阶段的日语高考生为对象, 深入探讨了其英语学习焦虑的成因及影响因素。在人口统计变量的差异性研究中发现, 性别、学校层次、年级、英语能力都会对英语学习焦虑产生影响。为有效减轻英语学习焦虑, 本研究提出了一系列建议: 增强日语高考生的自信心和自主学习能力, 培养有效学习策略; 教师应采用多样化的教学方法, 建立良好的师生关系; 教育机构需优化课程设置, 提供丰富的教学资源和支持性学习环境。本研究不仅丰富了外语学习焦虑领域的理论框架, 还为高等外语教育实践提供了具体指导建议。未来的研究可进一步探索多语种教育的其他方面, 尤其是在全球化背景下如何更好地培养多语种人才, 以满足国家和社会的需求。

关键词

英语学习焦虑, 日语, 高考, 影响因素

A Study of English Learning Anxiety among Japanese Advanced Placement University Students

Xinjie Zhang¹, Xiran Gao¹, A'ni Gao², Jiale Dong¹, Ruilin Bian¹

¹School of Translation, Qufu Normal University, Rizhao Shandong

²School of Economics, Qufu Normal University, Rizhao Shandong

Received: Feb. 21st, 2025; accepted: Apr. 14th, 2025; published: Apr. 22nd, 2025

Abstract

In recent years, due to the fact that Japanese language is more advantageous in the college entrance

文章引用: 张欣婕, 高曦冉, 高阿妮, 董佳乐, 边瑞琳. 日语高考大学生的英语学习焦虑研究[J]. 创新教育研究, 2025, 13(4): 300-306. DOI: 10.12677/ces.2025.134248

examination, more and more students enter university with Japanese as a foreign language subject in the college entrance examination; however, these students generally face English learning anxiety after entering university. This study examines in depth the causes and influences of English learning anxiety among university-level Japanese high school students. In a difference study of demographic variables, it was found that gender, school level, grade level, and English proficiency all have an impact on English learning anxiety. This study puts forward a series of recommendations for the effective reduction of English learning anxiety research: to enhance the self-confidence and independent learning ability of Japanese high school students, and to cultivate effective learning strategies; teachers should adopt diversified teaching methods and establish good teacher-student relationships; and educational institutions need to optimise the curriculum and provide abundant teaching resources and supportive learning environments. This study not only enriches the theoretical framework in the field of foreign language learning anxiety, but also provides specific guiding suggestions for higher foreign language education practice. Future research could further explore other aspects of multilingual education, especially how to better cultivate multilingual talents in the context of globalisation to meet the needs of the country and society.

Keywords

English Learning Anxiety, Japanese Language, College Entrance Examination, Influencing Factors

Copyright © 2025 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

1.1. 研究背景

近年来,全球化进程加速,语言的重要性日益凸显[1]。中国在“一带一路”倡议和“命运共同体”理念的推动下,对多语种人才的需求不断增加。随着高考日语选考人数的增加,选择日语作为高考外语科目的学生群体逐渐扩大。这些学生进入大学后,需要重新面对英语学习的挑战。这一群体的英语学习焦虑问题逐渐凸显,但尚未得到足够的关注。研究日语考生的英语学习焦虑及其影响因素,对于优化教学策略、提高多语种人才培养质量具有重要意义。

1.2. 先行研究

外语焦虑通常被定义为与课堂语言学习相关的自我认知、信念和情绪行为的综合体,主要表现为与外语学习相关的紧张和担忧情绪[2]。影响外语学习焦虑的因素主要包括学习者因素(Oxford, 1999)、教师因素[3]、同伴因素(Nishitani & Matsuda, 2003)、环境因素(Hashemi, 2011)。同时,外语学习焦虑的差异研究表明,外语焦虑在性别[4]、年级等方面存在显著差异(Hasan & Fatimah, 2014; Gürsoy & Akin, 2013)。不同专业、学校层次的学生在外语焦虑水平上也存在差异[5]。

从人本主义心理学、情感过滤假说以及社会生态系统理论来看,人本主义心理学强调关注学习者的情感需求,教师应根据学生个体差异调整教学方法[6];情感过滤假说提出情感因素(如动机、焦虑)会影响语言输入和习得的效果(Krashen, 1982);社会生态系统理论认为个体发展是微观(个体)、中观(家庭、学校)和宏观(社会、文化)系统相互作用的结果(Bronfenbrenner, 1979)。

在大多数研究中,研究方法多依赖单一的定量或定性方法,缺乏混合研究方法的应用[7]。同时还缺乏从社会生态系统理论出发的综合分析框架,对影响因素的系统性研究不足。本研究主要以外语焦

虑理论为基础, 结合人本主义心理学、情感过滤假说以及社会生态系统理论构建起相关的理论框架进行分析。并且, 现有关于英语学习焦虑的研究多集中在以英语作为外语语种的大学生和研究生群体, 对以日语作为外语语种的大学生研究较少, 本研究旨在填补这一空白, 为外语教育实践提供理论支持和实践指导。

2. 研究设计

2.1. 研究方法

本研究采用量化研究方法, 通过问卷调查收集数据, 并运用统计分析手段, 量化处理与解读调查结果, 以确保研究结果的客观性与科学性。

2.2. 研究对象

本研究以高考选择日语作为外语科目, 并被大学录取的学生为研究对象。为确保研究对象的一致性和代表性, 研究对象的原籍学校涵盖重点大学(包括“985工程”“211工程”及“双一流”建设高校)、普通大学和职业技术学院。共收集到有效答卷 567 份。

2.3. 问卷设计

2.3.1. 评估英语语言能力的标准

问卷要求参与者提供所获得的英语语言资格证书类型与级别, 包括大学英语四、六级考试(CET-4、CET-6)、国际英语资格证书(如 IELTS、TOEFL、剑桥英语考试系统、TOEIC 等)。通过收集和分析这些证书, 本研究定量评估参与者的英语水平, 并将其作为数据分析中的一个重要变量。

2.3.2. 校级分类

为分析不同教育背景对调查结果的影响, 本研究将参与者的学校层次分为三类: 重点大学、普通大学和职业技术学院。

2.3.3. 学科分类

中国大学的学科涵盖哲学、经济学、法学(包括政治学、社会学、民族学等)、数学、教育学(包括体育)、文学(语言学、艺术学、图书馆学)、历史学、科学、工程学、医学、行政管理和军事学等多个领域。

2.4. 调查实施

2.4.1. 问卷调查

2024年9月16日至18日, 本研究对问卷的合理性和有效性进行了初步检验。根据预调查结果, 修改了容易引起误解的问题措辞, 并增加了对问题的进一步解释。正式调查于2024年10月进行。团队所在的曲阜师范大学采用直接发放问卷的方式, 其他学校则通过在线调查平台(www.wjx.cn)进行, 共收集到567份回复。剔除完成时间少于5分钟的24份答卷和全部选择相同选项的17份答卷后, 最终获得526份有效回复, 有效回复率为92.77%。

2.4.2. 访谈调查

从调查问卷中挑选出了愿意接受访谈的学生, 并对20名日语考生进行了访谈, 覆盖不同性别、年级及英语水平群体。采用半结构化访谈, 每场时长约20~30分钟, 聚焦英语学习焦虑的具体表现(如课堂发言压力、考试恐惧)、影响因素(教师态度、同伴竞争)及应对策略。

2.5. 数据处理与分析方法

2.5.1. 量化数据分析

首先为确保数据的可靠性，本研究使用 IBM SPSS Statistics 27.0 软件对研究因素逐一进行信效度分析。问卷选项采用李克特五级评分法，1 分表示“完全不适用”，2 分表示“不太适用”，3 分表示“中立”，4 分表示“有点适用”，5 分表示“非常适用”。Cronbach's α 系数用于检验量表的内部一致性，当 α 系数高于 0.7 时，表示量表的内部一致性良好；高于 0.6 时，表示内部一致性在可接受范围内。

对数据进行信度分析结果显示所有 Cronbach's α 系数均高于 0.7，表明问卷的总体信度较好。效度分析中的因子分析结果表明所有共性值都在 0.4 以上，说明项目与提取因子之间的关系密切，因子能有效提取信息。项目与因子之间的对应关系也符合之前的理论预期，属于同一维度的项目对应于同一因子，这表明问卷具有良好的结构效度。

问卷的合理性和有效性进行了初步检验后，团队运用 IBM SPSS Statistics 27.0 进行描述性统计以确定日语专业学生英语学习焦虑的实际情况和影响因素；通过 t 检验和单因素方差分析检验性别、年级、学习领域、学校分级、英语能力等因素对英语学习焦虑的影响；以英语学习焦虑为因变量，学习者、教师、同伴、环境因素为自变量，构建回归模型，检验各因素预测力，模型 $R^2 = 0.137$, $F = 20.728$, $P = 0.000$ 。

2.5.2. 质性数据分析

本研究采用 NVivo12 对 20 份访谈文本进行三级编码，用开放编码提取关键词，用轴心编码归类“教学环境”“自我效能感”等主题，最后选择编码整合为“焦虑生成机制”核心范畴。同时结合问卷数据与访谈文本，交叉验证结论。

3. 结果分析与讨论

3.1. 焦虑情况

3.1.1. 英语学习影响焦虑的描述性统计分析

团队使用 IBM SPSS Statistics 27.0、问卷调查进行了频率分析。按性别、年级、学校级别、学习领域、英语语言能力五个方面，对受访者的人口信息进行了概括性概述和描述。如表 1 所示，调查的有效样本量为 526 个，英语学习焦虑的平均值为 2.94，最大值为 4.31，最小值为 1.81。根据 Oxford & Burry-Stock (1995)，在五点量表中，受试者的平均值超过 3.4 则被认为处于较焦虑状态，2.5~3.4 为中度焦虑状态，2.4 及以下为轻度焦虑状态，2.4 及以下为弱焦虑状态。这表明主要日语测试者都有一定程度的英语学习焦虑。见表 1。

Table 1. Overall situation of English learning anxiety levels (N = 526)

表 1. 英语学习影响焦虑程度的总体情况(N = 526)

	有效样本量	最小值	最大值	平均值	方差
英语学习焦虑	526	1.81	4.31	2.94	0.54

3.1.2. 日语考生英语学习焦虑的人口统计学变量差异分析

团队采用独立样本 t 检验法调查了不同性别在英语学习焦虑方面的差异。由表 2 可知，不同性别在总体英语学习焦虑程度上存在明显差异($P < 0.05$)，英语学习焦虑程度因性别而异。女生的英语学习焦虑平均值高于男生，表明女生的英语学习焦虑程度明显高于男生。

Table 2. English learning anxiety by gender**表 2.** 按性别分列的英语学习焦虑情况

变量		平均值	标准差	t 值	P 值
性别	男(n = 283)	2.9	0.54	-2.189	0.029
	女(n = 243)	3.0	0.53		

为了确定不同年级日语考生的英语学习焦虑程度,团队计算了各年级的总体平均焦虑程度。从表 3 可以看出,大学四年级及以上学生(M = 3.10)和一年级学生(M = 3.01)的整体英语学习焦虑程度最高,其次是三年级学生(M = 2.87)和二年级学生(M = 2.84)。

Table 3. English learning anxiety by grade level**表 3.** 各年级英语学习焦虑情况

因素	年级			
	大学一年级 (n = 133)	大学二年级 (n = 129)	大学三年级 (n = 131)	大学四年级及以上 (n = 133)
英语学习焦虑	3.00	2.87	2.81	3.01
英语能力焦虑	3.03	2.84	2.74	3.09
对于否定评价的焦虑	3.12	2.82	2.86	3.15
考试焦虑	2.89	2.83	2.84	3.08

团队采用单因素方差分析探究学校分层对英语学习焦虑的影响。结果如表 4 显示,不同学校分层的学生在英语学习焦虑程度上存在明显差异(F = 10.779, P = 0.05),即不同学校层次的样本在英语学习焦虑程度上存在差异。

Table 4. One-way ANOVA—school level**表 4.** 单因素方差分析——学校层面

	平方和	自由度 df	均方	F	P
组间	6.043	2	3.022	10.779	0.000
组内	146.607	523	0.28		
合计	152.65	525			

通常情况下,不同英语水平的学生也有不同程度的英语学习焦虑。如表 5 所示,本研究采用单因素方差分析来研究英语能力对英语学习焦虑的影响。结果显示,不同英语能力的样本在英语学习焦虑程度上存在明显差异(F = 15.595, P = 0.05),即不同英语能力水平的样本在英语学习焦虑程度上存在差异。

Table 5. One-way ANOVA of English learning anxiety—English language proficiency**表 5.** 英语学习焦虑的单因素方差分析——英语语言能力

	平方和	自由度 df	均方	F	P
组间	12.556	3	4.185	15.595	0.000
组内	149.094	522	0.268		
合计	152.65	525			

3.2. 日语考生英语学习焦虑与各因素的多元回归分析

本研究的调查结果显示,影响英语学习焦虑的因素多种多样。数据发现,学习者因素、教师因素、

同伴因素和环境因素这四个因素对学生的英语学习体验有重要影响。

本部分使用 SPSS 27.0 进行线性回归分析,以分析影响日语学生英语学习焦虑的因素。结果显示,自变量教师和同伴因素对因变量课堂焦虑、学业焦虑和英语水平焦虑的 t 检验显著($P < 0.05$)且回归系数为正,表明教师和同伴因素对课堂焦虑、学业焦虑和英语水平焦虑有积极影响。

环境因素($\beta=0.367$)与教师因素($\beta=0.267$)对焦虑预测力最强,表明教学支持不足是核心问题。此外,还发现环境因素对评价者的负面焦虑有积极影响,而学习者因素对考试焦虑有积极影响,同伴竞争通过加剧英语能力焦虑间接影响总体焦虑。研究表明,要降低日语专业学生的英语学习焦虑,改善教育环境、教师教学方法和同伴关系非常重要。

本章最后对定量研究的结果进行了总结和讨论。最终的统计结果显示了日语专业学生英语学习焦虑的实际情况,并进一步揭示了影响焦虑的各种因素。结果还显示,影响这种焦虑的因素多种多样,如性别、年级、学校层次、英语能力和学习状况等。

4. 分析及措施

4.1. 分析

通过人口统计变量的差异性研究发现,在性别差异方面,由于社会文化背景和性别差异可能导致女生在面对学业压力时表现出更多的焦虑情绪,以及女生在学业上追求完美导致面临挫折和压力时引发更强烈的焦虑反应,女性学生在英语学习焦虑、环境因素以及英语水平焦虑方面的表现更为显著。从年级角度看,大四学生面临毕业要求和求职带来的压力会进一步加剧他们对英语学习的焦虑,因此在课堂焦虑和英语水平焦虑方面表现突出,而大一学生则更易受到同伴因素和负面评价焦虑的影响,因为他们长期没有学习英语,很难适应课业,同学之间的比较和对未来计划的讨论也会对他们造成心理压力。另外,学校层次的差异也十分明显,职业学校的学生焦虑程度较高,而高层次院校的学生焦虑程度相对较低。而不同专业的学生在英语学习焦虑方面并无显著差异。

在进行了上述分析后,为了缓解日语考生的英语学习焦虑,本研究从微观(个体层面)、中观(学校层面)和宏观(社会层面)三个层面提出了以下建议。

4.2. 解决措施

4.2.1. 个体层面

一方面,要让日语考生了解自己的进步,正视焦虑,减少他们对负面评价的焦虑,培养自我调节能力,也可以通过小组合作学习,提升自信心,逐步积累成功经验。另一方面,应树立积极的学习态度,相信自身能力,在面临学习英语和日语的选择时,要根据自己的兴趣和未来目标做出理性的选择,从而才能制定合理的学习目标,并学习一些调节焦虑的方法,逐步积累学习经验。

4.2.2. 学校层面

首先,学校应给予日语考生更多的关注和支持,帮助学生正确认识和处理焦虑情绪。其次,学校应调整教学评价体系,采用个性化、多元化的评价方式,综合考量学生的学习过程和成果,减轻学生的压力,营造良好的学习氛围。同时,教师应创新教学方法,激发学生的学习兴趣,关注学生的个体差异,提高教学效果。最后,加强教师与日语考生的情感互动也有助于减轻学习焦虑,建立起良好的师生关系,采用鼓励性的评价机制,通过坦诚反馈与积极交流,有助于更好地缓解日语考生对英语学习的焦虑。

4.2.3. 社会层面

教育机构应优化课程设置和教育资源配置,开设适合日语考生的英语课程,提供丰富的学习资源,

如学习资料、线上课程等。高等外语教育的目标不应仅仅是培养语言技能，还应关注学生的职业发展和未来可能，有必要设计各种语言活动和教育计划最大限度地激发出日语考生的潜能，获得充实的学习体验。政府和相关部门可以出台政策，支持高校开展针对日语考生的英语教学改革，为学生创造更好的学习、就业条件。

5. 结论

本研究通过实证调查与数据分析，揭示了日语考生英语学习焦虑的多维影响因素及其群体差异特征，有望对各种因素的影响进行全面的了解与深刻的认识。英语学习焦虑受到多种因素的影响，包括学习者因素、教师因素、同伴因素以及环境因素。这些因素均在不同程度上影响着学生的英语学习焦虑水平。

对于英语学习焦虑，在分析了产生性别差异、年级差异等现象的原因后，本研究从微观(个体层面)、中观(学校层面)和宏观(社会层面)三个层面提出了一系列建议，可以有效缓解日语考生的英语学习焦虑。本研究旨在帮助学生认识英语学习焦虑这一情感因素以更好地应对英语学习的挑战，也希望为教育工作者提供参考，在未来的教学实践中有效降低学生的英语学习焦虑，促进学生的多语习得。未来的研究可以在多语种教育，尤其是全球化背景下如何更好地培养多语种人才这一方面，进行更深层次的探索。

参考文献

- [1] 黄锦桥. 外语教学科研方法的可操作性探析——评《外语教学中的科研方法》[J]. 中国教育学刊, 2017(4): 131.
- [2] 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>
- [3] Chaudron, C. (2001) Progress in Language Classroom Research: Evidence from *the Modern Language Journal*, 1916-2000. *The Modern Language Journal*, **85**, 57-76. <https://doi.org/10.1111/0026-7902.00097>
- [4] 王昕. 大学生外语学习焦虑与自我调节策略的关系研究[D]: [硕士学位论文]. 太原: 山西财经大学, 2023. <https://doi.org/10.27283/d.cnki.gsxcc.2023.001431>
- [5] Maslow, A.H. (1956) Toward a Humanistic Psychology. *ETC: A Review of General Semantics*, **14**, 10-22.
- [6] 钟兰凤, 钟家宝. 研究生学术英语焦虑现状及影响因素研究[J]. 外语研究, 2015, 32(6): 56-61+112. <https://doi.org/10.13978/j.cnki.wyyj.2015.06.011>
- [7] 李青. 高校学生外语焦虑及其影响因素的调查研究[D]: [硕士学位论文]. 南京: 南京邮电大学, 2018.