

# 英语专业硕士研究生学位论文写作过程中的消极情绪相关因素

郭欣怡

中国矿业大学外国语言文化学院, 江苏 徐州

收稿日期: 2026年4月10日; 录用日期: 2026年5月19日; 发布日期: 2026年5月29日

## 摘要

本研究旨在探讨英语专业硕士研究生在学位论文写作过程中的消极情绪相关因素。基于成就情境下的情绪调节整合模型, 研究采用质性与量化相结合的混合研究方法。首先, 通过对研究生群体的深度访谈并运用扎根理论进行编码分析, 构建了包含同伴比较、科研积累、学术韧性、个性特征与导学关系五个维度的关键相关因素模型。随后, 通过问卷调查并运用多元线性回归分析对该模型进行了实证验证。研究发现, 上述五个因素均对消极情绪具有显著的正向预测作用, 其中, 由完美主义和拖延特质构成的个性特征是引发消极情绪核心的风险因素, 而导学关系的质量与科研能力的储备亦具有实质性的影响效应。此外, 相关分析进一步揭示了导师支持与学生科研能力提升之间的内在关联机制。基于上述发现, 本文从提升元认知监控能力、前置科研训练以及构建同伴支持网络等方面为研究生个体及培养单位提供了针对性建议, 以期缓解学术写作中的负面情感困扰、提升研究生心理健康水平提供参考。

## 关键词

消极情绪, 英语专业研究生, 学位论文写作

# Determinants of Negative Affect during the Thesis Writing Process for English Master's Students

Xinyui Guo

School of Foreign Studies, China University of Mining and Technology, Xuzhou Jiangsu

Received: April 10, 2026; accepted: May 19, 2026; published: May 29, 2026

## Abstract

This study aims to explore the factors associated with negative emotions experienced by English major MA students during the process of thesis writing. Grounded in the integrated model of emotion regulation in achievement contexts, the study adopts a mixed-methods approach combining qualitative and quantitative research. First, through in-depth interviews with postgraduate students and grounded theory coding analysis, a model of key related factors was constructed, consisting of five dimensions: peer comparison, research accumulation, academic resilience, personality traits, and the supervisor-student relationship. Subsequently, the model was empirically validated through a questionnaire survey and multiple linear regression analysis. The findings reveal that all five factors significantly and positively predict negative emotions. Among them, personality traits—particularly perfectionism and procrastination—constitute the core risk factors triggering negative emotions, while the quality of the supervisor-student relationship and the level of research competence accumulation also exert substantial effects. In addition, correlation analysis further uncovers the underlying mechanism linking supervisor support and the improvement of students' research competence. Based on these findings, this study offers targeted suggestions for both postgraduate students and institutions, including enhancing metacognitive monitoring ability, providing earlier research training, and building peer support networks. It is hoped that these recommendations may help alleviate negative emotional distress in academic writing and promote the psychological well-being of postgraduate students.

## Keywords

Negative Emotions, English Master's Students, Thesis Writing

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

近十年来,二语习得研究陆续引入积极心理学、教育心理学等多学科理论,推动了该领域研究的情感转向,外语焦虑、愉悦、无聊等多种情绪受到普遍关注,研究热度持续攀升,打破了纯认知导向的传统研究路径,呈现出值得关注的前沿趋势。相关研究也从探讨二语学习整体情绪,逐渐聚焦于听、说、读、写等技能所特有的情绪[1]。写作不仅是一种认知活动,也是一种情感努力。二语写作过程中,学习者常体验到丰富的情绪[2]。正性情绪能增强其表现,持续的负性情绪则阻碍其投入,因此二语写作情绪调节(emotion regulation, ER)具有必要性[3][4]。

目前二语写作情绪调节研究数量不多,已有研究常聚焦反馈修改阶段[5],极少将写作全程作为整体进行考察。此外,二语写作 ER 研究很少聚焦研究生群体,也很少聚焦英文学位论文写作这一情境,更少考察影响情绪调节策略选择的因素。学生在论文写作中不可避免地会经历一系列强烈的情绪[6]。对犯错误的担忧、对正确语法的担忧以及准确表达想法的压力等因素都会加剧情绪反应。由于英文学位论文写作充满挑战且关乎研究生毕业问题,极易引发多种情绪,而情绪调节关乎个体幸福感与心理健康,因而尤为必要。

鉴于此,本文采用成就情境下的情绪调节整合模型(The integrated model of emotion regulation in

achievement situations, ERAS), 通过叙事访谈与问卷调查, 旨在探讨英语专业硕士研究生在学位论文写作过程中消极情绪的相关因素[7]。

## 2. 二语写作情绪调节研究现状

近年来, 学界对二语写作情绪调节(Emotion Regulation, ER)策略研究取得了显著进展。研究发现 ER 策略呈现出显著的多样性特征, 同时也展现出明显的分布不平衡性[8] [9]。

### 2.1. 情绪调节及其相关因素

学者们在探索影响 ER 策略分布的诸多因素时, 已经取得了一些初步的研究成果。这些研究主要围绕情绪强度、个体差异等关键变量展开深入探讨。

首先, 情绪强度被证实是影响 ER 策略选择的重要变量。马洁等[10]通过对 260 名非英语专业大学生的问卷调查, 采用系统抽样方法探究了大学生英语写作焦虑程度及自我调节策略的使用情况。其次, 个体差异因素在 ER 策略选择中扮演着关键角色。徐锦芬等[9]通过自编的大学生英语学习情绪调节策略量表, 对全国范围内不同类型、不同层次大学的 8259 名非英语专业大学生进行了大规模调查研究。更深入的研究如 Gao 等[11]采用混合研究方法, 探讨了负面情绪强度对第二语言学习情境中特质情绪智力(trait EI)与认知重评和表达抑制这两种情绪调节策略之间关系的中介效应。同时, 观念类因素对于 ER 策略选择有着重大影响。韩晔[12]采用混合研究方法, 通过问卷调查 363 名研究生在英文学术论文写作与发表过程中的情绪调节策略使用情况, 并辅以 14 个深度访谈, 探索影响情绪调节策略选择的多维度因素。

### 2.2. 情绪调节及理论框架

在二语写作情绪调节研究领域, 理论框架的选择与分类标准的确立一直是学界关注的重点。目前, Gross[13]提出的情绪调节过程模型仍然是该领域的主导性理论框架。例如顾钧仪等[14]基于该模型, 以 84 名中学生为研究对象, 通过课堂观察、焦点式写作和半结构式访谈三种工具收集数据, 从反馈提供者和反馈接收者的视角考察英语写作同伴反馈中的学业情绪及情绪调节策略的类型与特点。与此同时, 一些研究者开始探索新的理论视角, 如 Zhang 等[15]创新性地引入复杂动态系统理论, 通过纵向追踪研究设计考察在线英语合作写作中情绪与调节的动态演变。

### 2.3. 情绪调节及研究情境

目前的相关研究主要集中在反馈情境下的情绪调节(Emotion Regulation, ER)策略使用探讨。这些研究采用了多样化的研究方法, 为我们理解二语写作过程中的情绪调节提供了丰富的实证依据。例如, 陶坚等[16]采取质性研究的关键事件方法, 通过教师访谈与学生习作收集, 考查了 12 位英语写作教师在反馈过程中的情绪体验、情绪调节以及反馈认知因素的影响。类似地, 还有学者从积极心理学的视角出发, 韩晔等[5]结合控制-价值理论, 以书面纠正性反馈(WCF)为例探究四名中国大学生在二语写作学习过程中的学业情绪及其调节策略。少数研究聚焦学术写作领域, 如韩晔等[12]使用成就情境下的情绪调节整合模型, 采用问卷调查我国 363 名研究生在英文学术论文写作与发表过程中情绪调节策略的使用情况, 并通过 14 个访谈探索影响情绪调节策略选择的因素。

综上所述, 二语写作情绪研究领域呈现出理论视角多元化的趋势。传统研究多关注写作焦虑等负面情绪, 而积极心理学的引入为该领域带来新的研究范式, 强调在写作情境中同时关注正负情绪的动态平衡与交互作用。在此背景下, 学位论文写作作为一个复杂的学术任务, 其情绪研究具有特殊价值。

### 3. 方法

#### 3.1. 叙事访谈

**Table 1.** Analysis of key factors influencing negative emotions

**表 1.** 影响消极情绪关键因素分析

选择性编码	主轴性编码	开放性编码	原文示例
同伴比较	进度比较	进度缓慢导致着急；被迫赶进度	“别人都写完了，我数据还没有处理完”
	质量比较	同伴论文质量较高；被“卷”	“人家参加论坛都获奖了，我的论文根本比不了”
	社会帮助比较	他人获得导师指导；他人家庭支持	“她导师一直在给她做规划，我就必须把控自己的速度”
科研积累	文献/理论	文献储备少；理论与文本不匹配；理论维度划分困难	“这个维度在我的小说中很难做出一个分类”
	研究方法	缺少可参照范式；不会选方法；不会操作流程	“我不会做，结果花了好久学习做出来还不对”
	数据收集	数据范围受限；数据处理困难；数据过少/过多	“当时我转录花了很多的时间，就害怕工作量我完成不了”
	研究工具	学习新软件；软件不熟悉；软件出问题；设备受限	“需要做眼动，这个我很害怕，从来没有接触过”
学术韧性	承受否定困难	否题/被否后情绪波动；继续推进困难；接受批评后受挫	“当时就被老师批评了，我特别难受，因为是我花了好久做出来的”
	逃避困难	转变思维困难；思路重新整理受挫；	“当时整个框架需要重新整理……很着急”
	持续投入不足	专注度不足；写作抗拒	“我觉得我根本看不下去文献……就想直接看结论”
个性特征	完美主义	反复打磨导致拖延；害怕出错	“我觉得自己写得不好，一直没有给老师看，后来老师就开始催我了”
	拖延症	开始困难；拖延放大焦虑；缺少时间规划	“一直到论文要交了，我才开始”
	多任务处理困难	考试时间冲突；找工作时间冲突；私人事务耽搁	“当时我正好要面试”“我很着急，因为想把时间留给备考”
导学关系	时效性	初稿久未反馈；悬而未决导致焦虑	“当时老师一直没有回复我”
	具体度	执行困难；指向不明	“不明白老师的意思，但是不敢继续问，害怕老师觉得我笨”
	风格与频率	否定/温和；组会带来压力	“组会上会讨论进度，特别焦虑，我压根没有什么进展”

叙事访谈于 2025 年 3 月至 2025 年 8 月通过线下面对面和线上网络语音电话进行，使用中文并录音，时长控制在 45~120 分钟。访谈中引导被访谈者回忆回想整个论文写作过程，围绕学位论文写作过程中难忘的经历、情绪体验、ER 策略等展开，并请其补充或解释回答。本研究采用目的抽样与滚雪球抽样相结合的方法，招募了 11 名处于学位论文写作不同阶段的英语专业硕士研究生参与访谈。基于访谈总结归纳出导致英语专业硕士研究生学位论文写作过程中导致消极情绪产生的五个预测因素。

访谈转写稿数据导入 NVivo 12 Plus 进行质性内容分析。对于这些文本,研究者依据扎根理论的系统化资料分析过程进行资料分析。扎根理论的编码主要分为开放性编码、主轴编码和选择编码三大类。

基于对 11 份英语专业硕士研究生访谈材料的扎根分析,本研究归纳出影响学位论文写作过程中消极情绪的五类关键因素:同伴比较、科研积累、学术韧性、个性特征与导学关系(见表 1)。首先,同伴比较在关键时间节点(如选题未定、开题在即、初稿滞后)显著放大焦虑与不确定感,尤其当受访者感知到与同伴进度不一致或质量差距时,易产生“无头苍蝇式”的无效努力感。其次,科研积累不足(文献储备薄弱、理论与文本匹配不当、方法经验缺口、数据资源获取困难)直接导致写作中的卡顿与挫败:如选题参考文献稀缺、理论一文本脱节、实验范式无前例可循、数据来源不稳等,均使负性情绪上升。第三,学术韧性在反复否定与重构中作用失调:被否定、频繁修改、框架变动等后,受访者很难在较短时间内恢复掌控感,增加了消极体验。第四,个性特征影响情绪轨迹:偏完美主义或高标准者更易在时间压力下焦虑与熬夜赶工,多任务堆积(找工作、考试等)导致受访者难以平衡当前任务和论文写作之前的时间分配,导致情绪失控。第五,导学关系也是压力源之一:导师反馈的时机与风格(早催进度、晚反馈、高频汇报)会在短期内提升紧张与挫败;受访者常不敢主动与导师进行交流,遇到问题不敢主动询问老师。

### 3.2. 问卷量数据分析

本研究量化阶段采用方便抽样法,通过网络平台向全国多所高校的英语专业硕士研究生发放问卷。剔除无效答卷后,共保留有效问卷 283 份。人口统计学特征如下:男生 64 人,女生 219 人,其中毕业一年内人数 194 人,其余皆为毕业两年内。

#### 3.2.1. 信度分析

对问卷的信度进行 Cronbach's  $\alpha$  系数检验,以评估量表的内部一致性。若 Cronbach's  $\alpha$  系数超过 0.8,则认为量表具有高信度;若介于 0.7 至 0.8 之间,则认为信度良好;若介于 0.6 至 0.7 之间,则认为信度一般;若低于 0.6,则认为信度不足。本研究的结果如下(表 2),负向情绪的 Cronbach's  $\alpha$  系数为 0.868;同伴比较的为 0.811;科研积累为 0.831;学术韧性为 0.855;个性特征为 0.920;导学关系为 0.856。各变量 Cronbach's  $\alpha$  均高于 0.7。因此,各量表的题项设计合理。

Table 2. Reliability analysis of the scale of related factors of negative emotions

表 2. 消极情绪相关因素量表信度分析

变量	项数	Cronbach's Alpha
消极情绪	5	0.868
同伴比较	4	0.811
科研积累	4	0.831
学术韧性	4	0.855
个性特征	6	0.920
导学关系	4	0.856

#### 3.2.2. 效度分析

KMO 抽样适当性检验与 Bartlett 球形度检验如下(见表 3)。KMO 值为 0.889,处于 0.8~0.9 区间,表明题项间共同因素较多,数据抽样适当性良好,具备开展因子分析的前提条件。Bartlett 球形度检验显示,近似卡方值为 4405.389,在 351 个自由度下的显著性  $p = 0.000$ ,小于 0.001,表明相关矩阵并非单位矩阵,适合因子提取。综上,数据满足探索性因子分析的适用条件,可进一步开展后续结构效度检验。

**Table 3.** KMO and Bartlett's test for related factors of negative emotions**表 3.** 消极情绪相关因素 KMO 和 Bartlett 检验

KMO 值		0.889
Bartlett 球形度检验		近似卡方
		4405.389
		<i>df</i>
		351
		<i>p</i> 值
		0.000

**Table 4.** Total variance accounted for in the related factors scale of negative affect**表 4.** 消极情绪相关因素量表总方差解释率

因子	初始特征值			提取载荷平方和			旋转载荷平方和		
	总计	方差百分比	累积%	总计	方差百分比	累积%	总计	方差百分比	累积%
1	8.664	32.090	32.090	8.664	32.090	32.090	4.366	16.172	16.172
2	2.719	10.071	42.161	2.719	10.071	42.161	3.436	12.726	28.898
3	2.230	8.259	50.419	2.230	8.259	50.419	2.837	10.506	39.404
4	2.090	7.741	58.161	2.090	7.741	58.161	2.835	10.501	49.905
5	1.816	6.725	64.886	1.816	6.725	64.886	2.685	9.945	59.850
6	1.290	4.779	69.665	1.290	4.779	69.665	2.650	9.815	69.665
7	0.732	2.713	72.377	-	-	-	-	-	-
8	0.651	2.411	74.788	-	-	-	-	-	-
9	0.639	2.368	77.156	-	-	-	-	-	-
10	0.574	2.128	79.284	-	-	-	-	-	-
11	0.559	2.070	81.354	-	-	-	-	-	-
12	0.526	1.946	83.301	-	-	-	-	-	-
13	0.456	1.688	84.989	-	-	-	-	-	-
14	0.444	1.643	86.632	-	-	-	-	-	-
15	0.423	1.566	88.198	-	-	-	-	-	-
16	0.371	1.375	89.573	-	-	-	-	-	-
17	0.356	1.319	90.892	-	-	-	-	-	-
18	0.340	1.257	92.150	-	-	-	-	-	-
19	0.316	1.170	93.319	-	-	-	-	-	-
20	0.301	1.114	94.433	-	-	-	-	-	-
21	0.262	0.969	95.402	-	-	-	-	-	-
22	0.258	0.957	96.359	-	-	-	-	-	-
23	0.223	0.826	97.184	-	-	-	-	-	-
24	0.212	0.785	97.969	-	-	-	-	-	-
25	0.199	0.737	98.706						
26	0.181	0.669	99.375						
27	0.169	0.625	100.000						

本研究严格依据特征根大于 1 的 Kaiser 准则。并结合最大方差旋转法对消极情绪相关因素量表的 27 个初始题项开展了深入的探索性因子分析，旨在通过这一科学程序严谨地检验量表的结构效度。具体统

计分析结果详见表 4。数据分析结果显示此次分析共成功提取出 6 个公因子。这与问卷初期预设的消极情绪以及同伴比较还有科研积累和学术韧性以及个性特征还有导学关系这 6 个维度实现了完全匹配。这一发现充分证明了其因子结构与本研究构建的理论框架高度契合。在旋转之后。这 6 个公因子的旋转载荷平方和累积解释率达到了 69.665%。这一数值远超社会科学研究中 60% 的常规可接受阈值。这有力地表明提取出的各公因子能够非常有效地解释原始题项的变异信息并涵盖了量表的大部分特征。此外第 7 个公因子的初始特征值总计仅为 0.732。明显小于 1 的截断阈值。因此无需进行额外提取。综上所述该问卷题项的因子结构表现出极高的稳定性。结构效度评估结果良好。完全可用于科学测量英语专业硕士研究生消极情绪的相关因素构念。

**Table 5.** Rotated factor loadings for the related factors of negative affect  
**表 5.** 消极情绪相关因素的旋转后因子载荷系数

名称	因子载荷系数						共同度
	因子 1	因子 2	因子 3	因子 4	因子 5	因子 6	
NE1	0.139	0.795	0.135	0.078	0.014	-0.050	0.678
NE2	0.293	0.740	0.107	0.106	0.230	0.168	0.737
NE3	0.214	0.780	0.077	0.105	0.199	0.112	0.724
NE4	0.164	0.747	0.126	0.123	0.209	0.072	0.664
NE5	0.052	0.709	0.079	0.198	0.012	0.146	0.572
PC1	0.129	0.160	-0.014	0.084	-0.021	0.840	0.755
PC2	0.060	-0.080	0.036	-0.052	0.049	0.808	0.669
PC3	0.080	0.101	0.017	0.007	0.075	0.724	0.546
PC4	0.077	0.135	0.009	0.004	0.015	0.775	0.625
RA1	0.179	0.245	0.001	0.272	0.650	-0.010	0.588
RA2	0.210	0.234	0.147	0.227	0.748	0.028	0.733
RA3	0.199	0.065	0.192	0.269	0.795	0.045	0.787
RA4	0.087	0.065	0.041	0.073	0.768	0.073	0.614
AR1	0.058	0.252	0.759	0.176	0.120	-0.022	0.688
AR2	0.174	0.082	0.812	0.073	0.120	0.081	0.722
AR3	0.035	0.018	0.796	0.054	-0.059	-0.029	0.642
AR4	0.178	0.149	0.849	0.108	0.184	0.038	0.821
PT1	0.797	0.201	0.080	0.253	0.148	0.094	0.777
PT2	0.802	0.084	0.145	0.215	0.163	0.023	0.744
PT3	0.836	0.168	0.123	0.116	0.147	0.130	0.794
PT4	0.828	0.162	0.123	0.193	0.113	0.087	0.785
PT5	0.785	0.058	0.023	0.052	0.141	0.010	0.642
PT6	0.739	0.235	0.075	0.014	0.034	0.171	0.639
SR1	0.234	0.277	0.101	0.741	0.176	0.005	0.721
SR2	0.110	0.001	0.190	0.778	0.131	-0.069	0.676
SR3	0.153	0.208	0.011	0.758	0.260	0.113	0.721
SR4	0.218	0.177	0.135	0.772	0.226	0.008	0.745

旋转方法：最大方差法 Varimax

通过最大方差旋转法得到问卷题项的因子载荷系数及共同度(见表 5)。从因子载荷来看,各题项均在对应预设维度的因子上呈现高载荷,且无明显交叉载荷现象:“消极情绪”题项(NE1~NE5)集中归属于因子 2,“同伴比较”题项(PC1~PC4)归属于因子 6,“科研积累”题项(RA1~RA4)归属于因子 5,“学术韧性”题项(AR1~AR4)归属于因子 3,“个性特征”题项(PT1~PT6)归属于因子 1,“导学关系”题项(SR1~SR4)归属于因子 4,完全契合理论维度划分。所有题项共同度介于 0.546~0.821 之间,均高于 0.5 的临界标准,表明题项与对应因子的关联度较高,信息提取充分。综上,问卷因子结构清晰,题项归属明确,结构效度得到验证。

验证性因子分析(CFA)作为一种常用的高级统计技术。其核心目标在于检验一组观察变量的假设因素结构是否与实际收集到的样本数据保持高度一致。本研究通过使用 IBMSPSSAmos 26 软件开展的确认性因素分析。旨在通过严谨的科学程序全面评估量表的构念效度以及聚合效度还有区分效度等多项关键心理测量学指标。

根据展现出的模型拟合检验结果可以看到,该模型的拟合度较为理想(见表 6)。验证性因子分析模型拟合指标均处于公认的参考范围之内。其中,卡方自由度比  $\chi^2/df$  为 1.721,小于 3 的临界阈值;近似误差均方根 RMSEA 为 0.051,小于 0.08 的临界阈值;增值拟合指数 IFI 值为 0.948,大于 0.9 的临界阈值;非规范拟合指数 TLI 值为 0.940,大于 0.9 的临界阈值;比较拟合指数 CFI 的值为 0.947,大于 0.9 的临界阈值。因此可以判定该模型具有较好的结构效度,能够真实且客观地反映出研究数据所描述的现实情况。

**Table 6.** Goodness-of-fit indices for the related factors scale of negative affect

**表 6.** 消极情绪相关因素量表的模型拟合指标

指标	参考标准	测试结果
$\chi^2/df$	优秀: 1~3, 良好: 3~5	1.721
RMSEA	优秀: <0.05, 良好: <0.08	0.051
IFI	优秀: >0.9, 良好: >0.8	0.948
TLI	优秀: >0.9, 良好: >0.8	0.940
CFI	优秀: >0.9, 良好: >0.8	0.947

**Table 7.** Convergent validity and composite reliability of the negative affect related factors scale

**表 7.** 消极情绪相关因素收敛效度和复合信度分析结果

路径关系	因子载荷	CR	AVE
NE1 ← 消极情绪	0.704		
NE2 ← 消极情绪	0.849		
NE3 ← 消极情绪	0.829	0.870	0.574
NE4 ← 消极情绪	0.763		
NE5 ← 消极情绪	0.620		
PC1 ← 同伴比较	0.871		
PC2 ← 同伴比较	0.684	0.813	0.525
PC3 ← 同伴比较	0.608		
PC4 ← 同伴比较	0.709		

续表

RA1 ← 科研积累	0.695		
RA2 ← 科研积累	0.838		
RA3 ← 科研积累	0.851	0.836	0.566
RA4 ← 科研积累	0.595		
AR1 ← 学术韧性	0.756		
AR2 ← 学术韧性	0.767		
AR3 ← 学术韧性	0.640	0.857	0.604
AR4 ← 学术韧性	0.919		
PT1 ← 个性特征	0.859		
PT2 ← 个性特征	0.825		
PT3 ← 个性特征	0.864		
PT4 ← 个性特征	0.871	0.920	0.660
PT5 ← 个性特征	0.714		
PT6 ← 个性特征	0.724		
SR1 ← 导学关系	0.812		
SR2 ← 导学关系	0.651		
SR3 ← 导学关系	0.784	0.857	0.602
SR4 ← 导学关系	0.843		

在 CFA 模型拟合良好的前提下, 进一步检验量表各维度的收敛效度和复合信度(CR)。检验流程包括在建立的 CFA 模型中计算每个测量项目在其对应维度上的标准化因子负荷, 然后使用 AVE (平均方差提取) 和 CR 公式计算每个维度的收敛效度和复合信度。根据标准要求, AVE 值应不小于 0.5, CR 值应不小于 0.7, 才能表现出良好的收敛效度和复合信度。

对模型结果进行整理计算, 得到模型聚合效度表格如表 7 所示, 因子载荷均大于 0.5, 说明测量项对潜变量的表征力较强。除此以外 6 个因子对应的 AVE 值全部均大于 0.5, CR 值全部均高于 0.7, 意味着本次分析数据具有良好的收敛效度和复合效度。

**Table 8.** Discriminant validity test results for the negative affect related factors scale

**表 8.** 消极情绪相关因素量表的区分效度检验结果

变量	NE	PC	RA	AR	PT	SR
NE	<b>0.758</b>					
PC	0.237	<b>0.724</b>				
RA	0.427	0.121	<b>0.752</b>			
AR	0.332	0.070	0.309	<b>0.777</b>		
PT	0.447	0.230	0.428	0.306	<b>0.812</b>	
SR	0.432	0.084	0.548	0.326	0.445	<b>0.776</b>

表 8 为区分效度检验结果, 斜对角线上的数字为各变量的 AVE 平方根值, 其余为变量间的相关系

数。从表中可以看出，各变量的 AVE 平方根值均大于其与其他变量的相关系数，说明每个变量在测量上具有良好的区分效度。例如，消极情绪的 AVE 平方根为 0.758，而它与同伴比较、科研积累、学术韧性、个性特征和导学关系的相关系数分别为 0.237、0.427、0.332、0.447 和 0.432，均低于 0.758。同样，其他变量如同伴比较、科研积累、学术韧性、个性特征和导学关系的 AVE 平方根值也都高于它们与其他变量的相关系数。表明各潜变量能够有效区分，测量模型具有较好的区分效度。

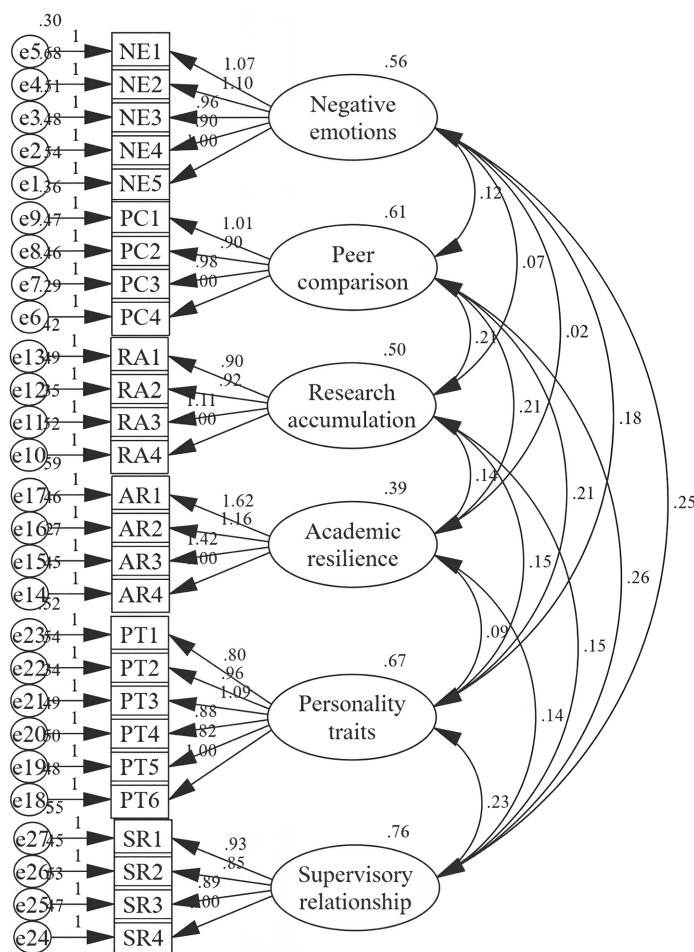


Figure 1. CFA model of the negative affect related factors scale

图 1. 消极情绪相关因素量表验证的 CFA 模型图

如图 1 所示，消极情绪相关因素量表的验证性因子分析模型包含 6 个潜变量，分别为消极情绪、同伴比较、科研积累、学术韧性、个性特征和导学关系，各潜变量均由相应测量题项进行反映。模型中各观测变量在所属潜变量上的标准化因子载荷均较高，路径关系清晰，说明量表具有较好的结构稳定性。结合表 6 所示的模型拟合指标以及表 7、表 8 的聚合效度和区分效度检验结果，可以发现该量表具有良好的构念效度，能够较为准确地测量英语专业硕士研究生学位论文写作过程中的消极情绪及其相关因素。

### 3.2.3. 相关性分析

表 9 为各变量的 Pearson 相关分析结果。从表中可以看出，各变量的均值集中在 2.9 至 3.3 之间，标准差在 1.1 至 1.2 之间，说明样本在各变量上的分布较为均衡。消极情绪与其他变量均呈正相关，其中与科研积累( $r = 0.427, p < 0.001$ )、个性特征( $r = 0.447, p < 0.001$ )和导学关系( $r = 0.432, p < 0.001$ )的相关性相

对较强，而与同伴比较( $r = 0.237, p < 0.001$ )和学术韧性( $r = 0.332, p < 0.001$ )的相关性相对中等。同伴比较与其他变量相关性较弱，与消极情绪( $r = 0.237, p < 0.001$ )和个性特征( $r = 0.230, p < 0.001$ )呈显著正相关。科研积累与学术韧性( $r = 0.309, p < 0.001$ )、个性特征( $r = 0.428, p < 0.001$ )以及导学关系( $r = 0.548, p < 0.001$ )均呈显著正相关，表明出科研积累在各维度之间的联结较强。整体来看，变量间相关方向一致且多数相关系数显著，为后续多元回归模型分析提供了基础。

**Table 9.** Descriptive statistics and Pearson correlation analysis results for all variables

**表 9.** 各变量的描述性统计与 Pearson 相关分析结果

	平均值	标准差	消极情绪	同伴比较	科研积累	学术韧性	个性特征
消极情绪	3.135	1.108	1				
同伴比较	3.088	1.103	0.237***	1			
科研积累	3.229	1.113	0.427***	0.121*	1		
学术韧性	3.106	1.141	0.332***	0.070	0.309***	1	
个性特征	2.910	1.156	0.447***	0.230***	0.428***	0.306***	1
导学关系	2.913	1.127	0.432***	0.084	0.548***	0.326***	0.445***

\*  $p < 0.05$  \*\*  $p < 0.01$  \*\*\*  $p < 0.001$ .

### 3.2.4. 回归分析

**Table 10.** Multiple linear regression analysis results of factors influencing negative emotions

**表 10.** 消极情绪相关因素的多元线性回归分析结果

	非标准化系数		标准化系数	t	p	共线性诊断
	B	标准误	Beta			VIF
常数	0.583	0.242	-	2.414	0.016*	-
同伴比较	0.142	0.051	0.142	2.802	0.005**	1.058
科研积累	0.173	0.061	0.174	2.846	0.005**	1.547
学术韧性	0.139	0.052	0.144	2.689	0.008**	1.179
个性特征	0.205	0.056	0.214	3.659	0.000***	1.417
导学关系	0.179	0.061	0.183	2.948	0.003**	1.587
R <sup>2</sup>				0.330		
调整 R <sup>2</sup>				0.318		
F				F (5, 277) = 27.324, p = 0.000		

备注：因变量 = 消极情绪，\*  $p < 0.05$  \*\*  $p < 0.01$  \*\*\*  $p < 0.001$ 。

表 10 为消极情绪相关因素量表(以消极情绪为因变量)的多元线性回归分析结果。回归模型整体显著( $F(5, 277) = 27.324, p < 0.001$ )，说明自变量对消极情绪具有显著预测作用，模型的  $R^2$  为 0.330，调整后的  $R^2$  为 0.318，表明自变量能够解释约 32% 的消极情绪变异。具体来看，同伴比较( $\beta = 0.142, p = 0.005$ )、科研积累( $\beta = 0.174, p = 0.005$ )、学术韧性( $\beta = 0.144, p = 0.008$ )、个性特征( $\beta = 0.214, p < 0.001$ )以及导学关系( $\beta = 0.183, p = 0.003$ )均对消极情绪呈显著正向影响，说明这些因素的得分越高，个体的消极情绪水平越高。非标准化系数 B 表明各自变量对消极情绪的实际影响程度，其中个性特征的影响相对最大( $B = 0.205$ )，

其次为导学关系( $B = 0.179$ )和科研积累( $B = 0.173$ )。共线性诊断显示各变量 VIF 值均低于 2, 表明多重共线性问题不严重, 回归结果具有较高的稳健性。

根据以上结果可以得知, 同伴比较、科研积累、学术韧性、个性特征和导学关系是导致英语专业硕士研究生在学位论文写作情景下消极情绪产生的相关因素, 其中个性特征的影响相对最大, 其次为导学关系和科研积累。验证了访谈假设的成立, 回答了本研究的问题。

## 4. 研究结论及建议

### 4.1. 结论

1) 研究通过扎根理论对 11 份深度访谈资料的质性分析, 构建了包含同伴比较、科研积累、学术韧性、个性特征与导学关系五个维度的相关因素模型。这一模型突破了既往研究多聚焦单一因素或特定写作阶段的局限, 从社会比较、能力储备、心理调适、个体特质与师生互动五个层面, 系统揭示了学位论文写作情境中消极情绪产生的多元路径。

2) 基于 283 份有效问卷的多元线性回归分析, 研究发现五个因素均对消极情绪具有显著正向预测作用( $\beta = 0.142 \sim 0.214, p < 0.01$ ), 共同解释 32% 的变异量( $R^2 = 0.330$ , 调整  $R^2 = 0.318$ ), 表明模型具有较好的预测效度。其中个性特征的预测效应最为突出( $\beta = 0.214, p < 0.001$ ), 其标准化回归系数显著高于其他因素, 表明完美主义倾向、拖延特质与多任务处理困难等个体特质是消极情绪最核心的风险因素。这一发现与 Gao & Yang (2023) 关于特质情绪智力调节效应的研究形成呼应, 提示个体特质在高压学术情境中的关键作用。导学关系位居第二( $\beta = 0.183, p = 0.003$ ), 凸显了导师反馈时效性、具体度与沟通风格对研究生情绪体验的直接影响, 印证了 Harley 等人(2019)关于成就情境中社会支持重要性的理论判断。科研积累位列第三( $\beta = 0.174, p = 0.005$ ), 表明文献储备、理论应用、研究方法掌握与数据处理能力等学术资本对情绪状态具有实质性影响, 支持了自我效能理论关于“能力感知决定情绪反应”的核心观点。结合认知评价理论, 当学生在写作过程中感知到任务要求超出了其现有的科研积累与学术韧性(应对资源)时, 便会产生高压与威胁性认知, 进而不可避免地触发焦虑和挫败等消极情绪。学术韧性( $\beta = 0.144, p = 0.008$ )与同伴比较( $\beta = 0.142, p = 0.005$ )效应量接近且相对较小, 但同样达到统计显著性, 说明承受否定困难、逃避倾向与进度/质量比较亦是不可忽视的压力源。

3) 研究通过 Pearson 相关分析进一步揭示了因素间的内在关联结构。科研积累与导学关系呈现最强关联( $r = 0.548, p < 0.001$ ), 表明导师指导可能有效弥补学生科研经验不足, 或科研能力较强的学生更善于寻求导师支持, 形成“能力-支持”的良性循环。个性特征与消极情绪( $r = 0.447, p < 0.001$ )、科研积累( $r = 0.428, p < 0.001$ )均呈中等程度正相关, 提示特质焦虑可能通过影响学习投入深度间接加剧情绪困扰。导学关系与科研积累的强相关性( $r = 0.548$ )相较于其与消极情绪的直接效应( $r = 0.432$ )更高, 暗示导师支持可能部分通过提升科研能力间接改善情绪体验。从自我决定理论的视角来看, 高质量的导学关系满足了学生的关系需求, 而科研积累的提升则满足了胜任力需求; 这两种心理基本需求的满足不仅具有叠加效应, 其内在交互作用更能显著缓冲同伴比较等外界压力带来的负面影响, 这一中介与调节机制值得后续纵向研究进一步验证。值得注意的是, 同伴比较与其他因素的关联普遍较弱( $r = 0.070 \sim 0.237$ ), 表明社会比较效应可能具有相对独立性, 更多通过向上比较产生的相对剥夺感而非直接作用于其他能力因素引发情绪反应。

### 4.2. 建议

1) 对于研究生个体

提升元认知监控能力。研究生同学需引导自己识别自身存在的完美主义、拖延等特质倾向, 采用“微

目标分解法”(如每日写作 300 字)降低启动阻力;同时推荐使用番茄时钟等时间管理工具,平衡论文写作与求职、考试等多任务冲突。

主动寻求社会支持。研究生需要突破“害怕被认为笨”等心理障碍,建立与导师的定期汇报机制;要善于使用学校的心理咨询服务,当情绪困扰持续且影响日常功能时,要学会及时寻求专业帮助。

## 2) 针对于研究生培养单位

前置科研能力训练。针对研究生科研积累不足的核心痛点,建议在研一阶段加强“学位论文写作课程”培养,涵盖文献检索与管理、常用研究方法(质性/量化)、基础统计软件操作等模块;可依据学院具体情况建立“研究方法咨询中心”,为学生提供数据收集与分析的技术支持。

构建同伴支持网络。将“同伴比较”的压力源转化为支持资源,可组建学科方向相近的写作小组,定期开展进度分享与互评活动;举办“学术韧性”主题讲座,邀请高年级学生分享应对挫折的经验,将写作困难体验常态化。

## 5. 结论及未来展望

本研究采用质性访谈与量化问卷相结合的混合研究方法。研究系统探讨了英语专业硕士研究生在学位论文写作过程中消极情绪的相关因素。研究首先通过扎根理论对深度访谈资料进行编码分析。在此基础上构建了包含同伴比较和科研积累以及学术韧性还有个性特征与导学关系五个维度的相关因素模型。在通过验证性因子分析证实量表具备良好结构效度以及适配度的前提下。多元线性回归分析结果显示上述五个因素均对消极情绪具有显著的正向预测作用。其中以完美主义和拖延为代表的个性特征对消极情绪的影响最为突出。其次显著的相关因素分别为导学关系与科研积累。这一结论有力地证实了个体内在特质与外部支持系统对学术写作情感状态的共同塑造作用。尽管本研究揭示了消极情绪产生的多元路径。但受限于研究设计仍存在一定的改进空间。首先,本研究主要基于横截面数据进行分析,虽然揭示了各变量间的显著预测关系,但无法据此推断严格的因果关系,也难以完全捕获情绪随写作进程发生的动态演变过程。未来研究可以尝试采用纵向追踪设计。从而更加深入地考察不同写作阶段中情绪起伏的触发机制。其次本研究通过相关分析发现导学关系与科研积累之间存在极强的正相关性。这暗示了导师支持可能通过提升学生的学术能力间接改善其情绪状态的潜在逻辑。后续研究可以尝试引入中介变量。通过构建中介效应模型来进一步挖掘这种内在的影响路径。未来的干预研究可以尝试将本研究提出的建议转化为具体的实践方案。例如探索针对研究生群体的元认知训练或者同伴支持小组在缓解学术写作负面情绪中的实证效果。通过构建学科方向相近的写作小组。将原本可能产生压力的同伴比较转化为积极的互助资源。同时研究样本可以进一步扩展至不同学科背景或者博士生群体。这样可以验证该相关因素模型在更广泛群体中的普适性。这些后续研究将为研究生心理健康教育以及学术写作教学改革提供更加坚实的实证支撑。

## 致 谢

本研究的顺利完成离不开导师和朋友的关怀与支持。首先谨向我的导师致以衷心的感谢。感谢她在选题论证以及研究设计还有论文写作过程中给予的耐心指导与学术支持。特别感谢老师在成就情境下的情绪调节整合模型应用以及叙事访谈设计还有扎根理论编码落实方面提供的专业建议。这些指导使得本文在探讨英语专业硕士研究生学位论文写作消极情绪相关因素时更加严谨与规范。同时也感谢老师在问卷数据处理以及多元线性回归分析结果解释部分给出的修改意见。这些建议帮助我进一步梳理了同伴比较和科研积累以及导学关系等核心维度的理论脉络。并在提升研究生元认知监控以及前置科研训练等对策部分做出更加清晰的表述。同时也非常感谢在访谈录音转写以及问卷发放阶段给予我协助和鼓励的同

学与朋友。从访谈资料的初步整理到问卷数据的筛选校对以及参考文献格式统一等具体工作。你们的细致帮助为本研究结论的可靠性奠定了基础。在研究工具与资源方面感谢 NVivo 以及 SPSS 和 Amos 等软件的支持。这些工具使本研究得以从质性分析与量化检验双重层面系统把握研究构念。亦感谢学校图书馆在文献获取以及科研环境支持方面的协助。

## 参考文献

- [1] 李成陈, 李崑, 江桂英. 二语学习中的情绪研究: 回顾与展望[J]. 现代外语, 2024, 47(1): 63-75.
- [2] 周杰, 王俊菊. 国际二语写作情绪研究的前沿追踪[J]. 外语电化教学, 2022(6): 65-73, 111.
- [3] Li, C., Wei, L. and Lu, X. (2023) Contributions of Foreign Language Writing Emotions to Writing Achievement. *System*, **116**, Article ID: 103074. <https://doi.org/10.1016/j.system.2023.103074>
- [4] Liu, C. and Yu, S. (2022) Exploring Master's Students' Emotions and Emotion-Regulation in Supervisory Feedback Situations: A Vignette-Based Study. *Assessment & Evaluation in Higher Education*, **47**, 1101-1115. <https://doi.org/10.1080/02602938.2021.2005770>
- [5] 韩晔, 许悦婷. 积极心理学视角下二语写作学习的情绪体验及情绪调节策略研究——以书面纠正性反馈为例[J]. 外语界, 2020(1): 50-59.
- [6] Okuda, T. and Anderson, T. (2018) Second Language Graduate Students' Experiences at the Writing Center: A Language Socialization Perspective. *TESOL Quarterly*, **52**, 391-413. <https://doi.org/10.1002/tesq.406>
- [7] Harley, J.M., Pekrun, R., Taxer, J.L. and Gross, J.J. (2019) Emotion Regulation in Achievement Situations: An Integrated Model. *Educational Psychologist*, **54**, 106-126. <https://doi.org/10.1080/00461520.2019.1587297>
- [8] Geng, F. and Yu, S. (2024) Exploring Doctoral Students' Emotions in Feedback on Academic Writing: A Critical Incident Perspective. *Studies in Continuing Education*, **46**, 1-19. <https://doi.org/10.1080/0158037x.2022.2109616>
- [9] 徐锦芬, 何登科. 我国大学生英语学习情绪调节策略调查研究[J]. 解放军外国语学院学报, 2021, 44(5): 1-9, 160.
- [10] 马洁, 董攀. 大学生英语写作焦虑自我调节策略研究[J]. 外语界, 2017(5): 83-89.
- [11] Gao, Z. and Yang, Y. (2023) The Predictive Effect of Trait Emotional Intelligence on Emotion Regulation Strategies: The Mediating Role of Negative Emotion Intensity. *System*, **112**, Article ID: 102958. <https://doi.org/10.1016/j.system.2022.102958>
- [12] 韩晔, 许悦婷, 李斑斑, 等. 研究生学术论文写作与发表情境下的情绪调节策略研究[J]. 现代外语, 2024, 47(1): 114-125.
- [13] Gross, J.J. (1998) The Emerging Field of Emotion Regulation: An Integrative Review. *Review of General Psychology*, **2**, 271-299. <https://doi.org/10.1037/1089-2680.2.3.271>
- [14] 顾钧仪, 杨冬玲, 林秋萍. 英语写作同伴反馈中学业情绪及调节策略研究——基于反馈提供者和反馈接收者视角[J]. 外语电化教学, 2022(4): 71-79, 119.
- [15] Zhang, Z., Gao, X., Liu, T. and Lee, C.B. (2022) Language Learners' Emotion Regulation and Enjoyment in an Online Collaborative Writing Program. *Studies in Second Language Learning and Teaching*, **12**, 459-481. <https://doi.org/10.14746/sslt.2022.12.3.6>
- [16] 陶坚, 周季鸣. 教师反馈素养视阈下的外语写作教师情绪体验与情绪调节[J]. 外语教学, 2024, 45(5): 46-52.