

教师自我效能感研究进展与应用展望

胡 晓

重庆三峡学院外国语学院, 重庆

收稿日期: 2025年2月22日; 录用日期: 2025年3月21日; 发布日期: 2025年4月1日

摘 要

本文围绕教师自我效能感的研究进展及其应用展开综述, 系统回顾了教师自我效能感的概念界定、理论基础及历史发展脉络。通过对现有文献的分析, 梳理了当前研究的热点与前沿问题, 重点探讨了教师自我效能感与教师个人特质、职业环境、专业发展及学生表现之间的复杂关系。结合外语教学的具体情境, 分析了教师自我效能感在提升教学水平和促进学生语言学习成效中的关键作用。最后, 展望未来研究方向, 建议加强跨文化比较研究, 探索教师自我效能感与生涯发展阶段的关系, 并关注技术融合教学环境下的自我效能感变化, 为教育实践与理论研究提供新的视角与启示。

关键词

自我效能感, 教师发展, 外语教学, 研究进展, 应用展望

Advances in Teachers' Self-Efficacy Research and Future Applications

Xiao Hu

School of Foreign Languages, Chongqing Three Gorges University, Chongqing

Received: Feb. 22nd, 2025; accepted: Mar. 21st, 2025; published: Apr. 1st, 2025

Abstract

This paper summarizes the research progress and application of teachers' self-efficacy, and systematically reviews the concept definition, theoretical basis and historical development of teachers' self-efficacy. Through the analysis of the existing literature, this paper sorts out the hot spots and frontier issues of current research, and focuses on the complex relationship between teachers' self-efficacy and teachers' personal characteristics, professional environment, professional development and student performance. Combined with the specific situation of foreign language teaching, this paper analyzes the key role of teachers' self-efficacy in improving teaching level and promoting

students' language learning effectiveness. Finally, looking forward to the future research direction, it is suggested to strengthen cross-cultural comparative research, explore the relationship between teachers' self-efficacy and career development stages, and pay attention to the changes of self-efficacy in the teaching environment of technology integration, so as to provide new perspectives and enlightenment for educational practice and theoretical research.

Keywords

Self-Efficacy, Teacher Development, Foreign Language Teaching, Research Progress, Application Prospect

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

近年来,随着教育的不断深化和教育技术的飞速发展,教师自我效能感的研究日益受到学术界的关注。尤其是在外语教学中,教师自我效能感的重要性更加凸显。外语教师不仅需要掌握扎实的语言知识和技能,还需要具备有效的教学方法和策略,以激发学生的学习动力,促进其语言能力的提升。在这一过程中,教师的自我效能感成为影响其教学效果和学生学习成果的重要因素。

然而,现有研究在理论深度和方法论上仍存在局限。例如,Bandura 的社会认知理论虽为自我效能感研究奠定了基础,但其对教学情境动态交互性的解释力不足(Bandura 1977) [1]; Tschannen-Moran 的模型虽强调了认知处理的作用,却未充分纳入跨文化差异的视角。本文通过批判性梳理现有理论,提出整合动态情境与跨文化维度的分析框架,为教师自我效能感研究提供新的理论切入点。

此外,尽管教师自我效能感的研究已取得一定进展,但其形成机制、影响因素及其与教育实践的关系仍需深入探究。特别是在跨文化背景下,外语教师的自我效能感如何受到不同文化因素的影响,以及如何在多元文化背景下提升教师的自我效能感,这些问题亟待解决。

因此,本文旨在综述教师自我效能感的概念、发展历程、当前研究现状,并展望其未来研究趋势。通过系统梳理文献与典型案例分析,本文不仅揭示理论演进脉络,还结合外语教学实践提出针对性策略。通过本文的研究,期望能够为教育实践者和研究者提供更加全面的视角,以促进教师的专业成长和教育质量的全面提升。

2. 教师自我效能感的概念

“效能”这一术语,起源于政治学及心理学的探讨范畴。在心理学领域内,它被界定为个体对于达成特定成果所需能力的认知(高艳存, 2007 年) [2]。Bandura 提出的社会认知理论将自我效能感定义为个体对自身执行特定行为能力的信念,并强调其受行为、个人与环境三元交互的影响[3]。然而,后续研究指出,Bandura 的理论过于侧重个体内部认知,忽视了教学情境的动态性与社会文化因素的渗透作用。Tschannen-Moran 的模型弥补了这一不足,提出教师自我效能感的形成需结合具体教学任务与环境评估,但其跨文化适用性仍有待验证[4]。

教师自我效能感的研究始于二十世纪七十年代,该概念首先由 Rand Corporation 在 1976 年提出,至今已经有 49 年的发展历史[5]。其定义多样但可归纳为两点核心内容:一是教师自我效能感体现为教师对

自身在促进学生发展方面能力的信赖程度；二是在具体的教学情境中，它则是指教师对个人教学技能、信念及内心体验的自我评价。

我国学者张庆宗进一步提出，外语教师的自我效能感需纳入跨文化交际能力的维度，例如教师对自身在双语环境下引导学生克服语言障碍的信心。这一拓展凸显了外语教学的特殊性，为后续研究提供了重要方向[6]。

尽管上述研究者所持观点各异，但从宏观角度审视，其核心要义大致相似，即教师自我效能感实质上是一种个体对自身的评价与感知。

然而，现有研究多聚焦于教师自我效能感的定义和影响因素的描述性分析，对其形成机制和内在逻辑的探讨相对不足。本研究通过深入剖析教师自我效能感与社会认知理论的内在联系，提出教师自我效能感不仅是教师对自身教学能力的主观评估，更是教师在教学实践中不断与环境互动、调整认知和行为的成果。这一观点突破了传统研究中将教师自我效能感视为静态心理特质的局限，强调其动态性和情境性，为理解教师自我效能感的形成与发展提供了新的理论视角。

3. 教师自我效能感的国内外研究回顾

教师自我效能感的研究历程可追溯至 20 世纪 70 年代，Rand 研究团队率先依据 Rotter 的社会学习框架，特别是其控制点概念，进行了初步探究。他们界定了教师效能感是教师认为他们能够控制其活动的强化程度，即判断强化是来自内部还是外部控制[7]。具体而言，当教师认为外部环境对学习成果的影响力超过自身时，其教学努力的强化效果被视作外部主导；反之，若教师坚信自己有能力引领面临学习挑战或缺乏动力的学生，则其教学活动的强化效果则被视为内部驱动[8]。

随着 Bandura 自我效能感理论的逐步成熟，教师自我效能感被广泛认可为自我效能感理论的一个分支。Tschannen-Moren 深入剖析了教师自我效能感的动态演变及其作用机制，他构建的模型确认了 Bandura 提出的四大自我效能感信息源——掌握性经验、替代性经验、言语说服及生理心理状态对教师自我效能感形成的关键作用[9]。

从方法论看，早期研究多采用横截面问卷调查，难以捕捉自我效能感的动态变化。例如，Tschannen-Moran 通过纵向设计发现，新手教师的自我效能感随教学经验积累显著提升，而资深教师则易陷入“职业高原期”。此类研究为理解自我效能感的阶段性特征提供了实证支持[10]。

相较之下，我国在这方面的学术产出国际水平之间存在差距。黄巍作为先驱者，他首次在国内提出了“教师教育效能感”的概念，并详细探讨了两个主要影响因素：外在环境条件与教师自身的心理状态，尤其强调了教师个人心态在其效能感形成中的核心作用。

洪秀敏指出，教师自我效能感是推动其自主发展的核心内驱力，但现有工具(如《教师效能感量表》)的信度和效度问题导致结论分歧[11]。蒋灵慧和钱焕琦通过案例分析发现，外语教师的自我效能感与学生语言输出质量呈显著正相关。某中学英语教师通过改进课堂互动策略，其自我效能感提升后，学生口语测试平均分提高了 15% [12]。

然而，文献综述表明，多数研究仍旧集中于普通教师群体。当前理论框架仍需进一步完善；同时，由于研究工具和方法的问题，研究者在探讨影响因素时存在分歧。在外语教学中，教师自我效能感不仅是教师自我认知和评价的重要方面，也是影响教学质量和学生学习效果的关键因素。并且英语既是工具又是教学内容，这一特殊性使得对外语教师自我效能感的研究显得尤为重要。

4. 教师自我效能感的国内研究现状

近年研究开始关注外语教学的特殊性。娄文聪和李文岩发现，教师反馈语的类型(如积极反馈 vs. 纠

错反馈)对学生自我效能感的影响存在差异。在英语课堂中,积极反馈更能激发学生的语言表达信心,而过度纠错可能导致焦虑[13]。这表明,外语教师需平衡语言准确性与情感支持,以优化自我效能感的作用路径。

张明和陈改的研究强调了职业使命感、自我效能感与工作幸福感在全纳教育教师群体中的显著正相关关系,并指出自我效能感在职业使命感对工作幸福感的影响中起到部分中介作用[14]。这一发现不仅深化了我们对教师职业心理机制的理解,还提示通过提升教师的职业使命感和自我效能感,可以有效增强其工作幸福感,对全纳教育实践具有积极的指导意义。

周娜和刘鑫则从中学教师教学质量类型和自我效能感的角度出发,探讨了它们与工作满意度之间的关系。该研究发现,教师的性别、自我效能感和工作满意度在不同教学质量类型上存在显著差异,这进一步丰富了教师自我效能感在不同教学环境下的表现和作用机制[15]。这些差异提示我们,在提升教师自我效能感时,需要考虑教学质量类型及教师个人特征的多样性。

宋葳对通用学术英语教师的纵向追踪研究,通过半结构化访谈与课堂观察发现,教师职业认同与学校支持环境的协同作用显著提升其自我效能感[16]。

谢志勇和王红的研究则关注了乡村教师在数字化教学领域的自我效能感,发现数字化持续专业发展、组织支持感与数字化教学自我效能感均与数字化教学素养密切相关。他们对乡村教师的混合研究,量化数据显示数字化培训提升自我效能感($\beta = 0.32, p < 0.01$),而质性访谈进一步揭示组织支持是技术赋能的关键中介。这一研究不仅为提升乡村教师数字化教学能力提供了新视角,还强调了混合研究方法(量化+质性)能更全面捕捉教师自我效能感的复杂性,为后续研究提供方法论参考[17]。

综上所述,这些研究共同揭示了教师自我效能感在教育实践中的多维度影响,从英语课堂反馈到中学教学质量,再到课程改革背景下的教师身份构建及乡村教师的数字化教学,不同领域的研究均强调了提升教师自我效能感对于改善教育效果、增强教师工作满意度及促进教育现代化的关键作用。然而,现有研究在反馈类型、性别差异等具体方面的结论尚不一致,且对于如何有效、系统地提升教师自我效能感的具体策略探讨仍有待深化。

本研究聚焦于外语教学领域,集中探讨外语教师自我效能感的影响因素和提升策略。外语教学具有其特殊性,教师不仅要具备扎实的语言知识和教学技能,还需要应对跨文化交际、语言学习动机激发等复杂问题。这些特殊情境对外语教师的自我效能感提出了更高的要求。通过分析外语教师在教学实践中所面临的具体挑战和问题,本研究进一步明确了影响外语教师自我效能感的关键因素,如教学环境的支持度、学生的语言学习基础、教师的跨文化交际能力等,并提出了针对性的提升策略,包括加强教师培训、优化教学环境、开展跨文化教学活动等,以期提升外语教师自我效能感提供更具实践价值的参考。

5. 教师自我效能感的研究展望

外语教师的自我效能感在跨文化、互动性与动态性特征上表现显著。未来研究需聚焦外语教学情境下自我效能感的多维作用机制。外语教师在语言知识传授与跨文化能力培养的双重任务中,其自我效能感受文化适应性、跨文化交际策略有效性影响,如设计跨文化对比任务时,教师对自身文化敏感度与语言表达准确性的信心直接关联教学效果。数字化教学工具介入重构外语课堂互动模式,教师需平衡技术操作与教学目标,未来可探究技术赋能下教师自我效能感的“双刃剑效应”。此外,外语学习中的“语言表达焦虑”反向影响教师自我效能感,需结合动态评估方法,如课堂情绪追踪、教学日志分析,揭示教师通过反馈策略调节学生焦虑并增强自身效能信念的机制。

基于社会认知理论的“三元交互”模型,应开发符合外语学科特点的自我效能感干预路径以构建外语教师自我效能感的动态提升框架。情境化专业发展设计打破传统培训模式,针对外语教学核心场景设

计微格教学实训,如“课堂问题情境模拟库”助力教师积累应对跨文化冲突等问题的“掌握性经验”。跨文化共同体支持网络通过建立跨校、跨区域协作社群,共享“替代性经验”,如教学案例库、跨文化课堂录像分析,促进自我效能感横向迁移,新手教师观察资深教师示范可提升跨文化教学信心。智能化效能感监测系统利用学习分析技术开发动态仪表盘,实时追踪教学行为与自我效能感波动关联,为个性化干预提供数据支持。

外语教学的特殊性要求突破单一学科视角,拓展跨学科与跨文化比较研究维度。心理语言学交叉视角下,探究教师二语习得信念对外语教师效能判断的影响,如坚信“成人外语学习潜能有限”的教师在高级语言教学中可能自我效能感衰减。全球化语境下,对比不同文化背景中外语教师自我效能感影响路径差异,如东亚“高语境文化”与西方“低语境文化”对比中,集体主义文化中教师依赖组织支持提升自我效能感,个人主义文化中个体经验作用突出。生涯发展阶段特异性方面,构建外语教师效能感生命周期模型,识别关键转折点的自我效能感变化规律,如从通用英语转向学术英语教学、从线下到混合式教学转型时,设计分阶段支持策略。

针对现有研究工具的情境适配性问题,需开发本土化评估工具与循证实践模式。研制外语教学效能感量表,在通用量表基础上增加外语专属维度,如跨文化课堂管理效能、多语言资源整合效能,并通过认知访谈验证题项文化适切性。基于证据的干预实验采用设计性研究方法,在外语教师学习共同体中迭代验证自我效能感提升策略有效性,如通过三轮“反思性教学循环”检验跨文化反思日志对自我效能感的促进作用。

外语教师自我效能感研究应紧扣学科本质,在理论建构中凸显“语言即内容、课堂即文化场域”的特殊性,在方法创新上融合动态评估与技术赋能,在实践应用中形成“情境诊断-策略匹配-效果追踪”的闭环支持体系。这不仅是回应全球化时代外语教育变革的必然选择,也是推动教师发展研究走向学科化、精细化的重要路径,对提升外语教师专业素养、优化外语教学质量具有深远意义。

6. 对外语教学的启示

外语教师在反馈策略上应注重平衡语言准确性与情感支持。根据社会认知理论,教师的反馈不仅影响学生的学习行为,还影响其自我效能感。实施“三明治反馈法”可以有效减少学生焦虑,提升教师对纠错效果的信心。同时,建立多模态反馈档案,利用录音、视频记录课堂互动,每月选取3~5个典型反馈案例进行编码分析,通过数据可视化帮助教师反思反馈策略的有效性,这符合教师专业发展理论中强调的反思性实践。

构建情境化专业发展体系是提升外语教师自我效能感的重要途径。开发“跨文化教学情境模拟库”,设计虚拟现实教学场景,让教师在模拟实训中积累应对策略,这符合建构主义学习理论中强调的情境学习。推行“1+1+X”研修模式,每位教师每学期需完成1次公开课录像分析、1次跨校教学观察以及X次主题工作坊,形成个性化成长档案。同时,为教师定制数字化工具包,包含智能语音评测、虚拟语伴、跨文化资源平台等技术工具,并配套“技术午餐会”分享应用案例,这体现了技术赋能教育的理念。建立动态自我效能感监测机制,在教务系统中嵌入自我效能感微评估模块,通过机器学习分析自我效能感波动趋势,及时触发支持干预,符合教育监测与评估理论。

创建跨文化教师协作网络有助于提升教师的跨文化效能感。开展“文化镜像项目”,与海外学校结对,组织教师每月进行一次同步课堂,共同设计对比性文化任务,每次协作后填写《跨文化效能自评表》,这符合跨文化交际理论中强调的跨文化互动与理解。建设区域性案例共享平台,按教学主题分类上传真实教学案例,支持教师按需检索并参与案例优化,体现了资源共享与合作学习的理念。实施分阶段自我效能感干预计划,针对不同阶段教师采取不同的支持策略,如新手教师实施“双导师制”,高原期教师

提供“教学创新挑战基金”，这符合教师发展阶段理论。完善学校支持性制度，改革评价体系，增加“跨文化教学效能”维度，设立“跨文化教学急救站”，体现了学校组织支持理论。深化教师心理资本建设，开展“自我效能感叙事工作坊”，引入正念干预训练，符合积极心理学理论中强调的心理资本开发与情绪调节。

参考文献

- [1] Bandura, A. (1977) Self-Efficacy: Toward a Unifying Theory of Behavioral Change. *Psychological Review*, **84**, 191-215. <https://doi.org/10.1037//0033-295x.84.2.191>
- [2] 高艳存. 职教教师效能研究[J]. 继续教育研究, 2007(2): 77-78.
- [3] Bandura, A. (1997) Self-Efficacy: The Exercise of Control. W. H. Freeman.
- [4] Tschannen-Moran, M., Hoy, A.W. and Hoy, W.K. (1998) Teacher Efficacy: Its Meaning and Measure. *Review of Educational Research*, **68**, 202-248. <https://doi.org/10.3102/00346543068002202>
- [5] Amor, D., et al. (1996) Analysis of School Preferred Reading Programs in Selected Los Angeles Minority Schools (REPORT NO. R-2007-LANSO). Rand Corporation.
- [6] 张庆宗. 外语学与教的心理学原理[M]. 北京: 外语教学与研究出版社, 2011.
- [7] 邵思源. 教师自我效能感研究综述: 概念、理论视角与研究主题[J]. 考试与评价(大学英语教研版), 2016(2): 21-26.
- [8] 龙君伟. 国外教师效能感研究 30 年: 回顾与展望[J]. 比较教育研究, 2004(10): 6-10.
- [9] Tschannen-Moran, M. and Hoy, A.W. (2007) The Differential Antecedents of Self-Efficacy Beliefs of Novice and Experienced Teachers. *Teaching and Teacher Education*, **23**, 944-956. <https://doi.org/10.1016/j.tate.2006.05.003>
- [10] Tschannen-Moran, M. and Hoy, A.W. (2001) Teacher Efficacy: Capturing an Elusive Construct. *Teaching and Teacher Education*, **17**, 783-805. [https://doi.org/10.1016/s0742-051x\(01\)00036-1](https://doi.org/10.1016/s0742-051x(01)00036-1)
- [11] 洪秀敏. 关注与促进教师的自我信念-自我效能感理论的重要启示[J]. 教育科学, 2008(3): 79-82.
- [12] 蒋灵慧, 钱焕琦. 教师教学效能感研究述评[J]. 教育探索, 2009(12): 93-94.
- [13] 娄文聪, 李文岩. 英语课堂教师反馈语与学生自我效能感相关性研究[J]. 中小学英语教学与研究, 2018(1): 48-53.
- [14] 张明, 陈改, 韩梅, 等. 全纳教育教师职业使命感对工作幸福感的影响: 自我效能感的中介效应[J]. 心理与行为研究, 2020, 18(2): 248-254.
- [15] 周娜, 刘鑫. 中学教师教学质量类型和自我效能感与工作满意度的关系研究——基于 TALIS2018 上海教师数据[J]. 上海教育科研, 2022(1): 55-59, 88.
- [16] 宋葳. 课程改革背景下通用学术英语教师自我效能感影响因素分析[J]. 民族高等教育研究, 2023, 11(5): 76-81.
- [17] 谢志勇, 王红. 乡村教师数字化持续专业发展对数字化教学素养的影响——组织支持感和自我效能感的中介作用[J]. 华南师范大学学报(社会科学版), 2024(1): 105-116, 206.