

# 写作自我效能感的研究综述与展望

邱攀

重庆三峡科技大学外国语学院, 重庆

收稿日期: 2026年3月26日; 录用日期: 2026年5月2日; 发布日期: 2026年5月12日

## 摘要

写作自我效能感是影响外语写作学习的重要因素之一, 是社会认知理论在二语习得领域的重要应用。本文以“概念界定、理论基础、历史发展”为逻辑脉络, 系统梳理写作自我效能感的相关研究成果, 提出当前研究的热点与问题, 重点探讨写作自我效能感与写作表现、焦虑、动机等变量的交互作用。最后展望未来研究的发展方向, 建议拓展多元研究群体、创新多样研究方法、推进精准化干预、构建本土化理论与测量工具并关注数字化教学情境。本文的梳理与展望旨在深化对外语写作学习心理机制的理解, 为外语教学中优化写作自我效能感培养策略、提升教学实效提供理论参考与实践启示。

## 关键词

写作自我效能感, 外语写作, 社会认知理论, 研究综述, 应用展望

# A Review of Research on Writing Self-Efficacy and Future Applications

Pan Qiu

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

Received: March 26, 2026; accepted: May 2, 2026; published: May 12, 2026

## Abstract

Writing self-efficacy is one of the key factors influencing foreign language writing learning and represents a significant application of social cognitive theory in the field of second language acquisition. This paper systematically reviews relevant research findings on writing self-efficacy following a logical framework of conceptual definition, theoretical foundations, and historical development. It identifies current research hot spots and challenges, focusing on the interactive effects between writing self-efficacy and variables such as writing performance, anxiety, and motivation. Finally, it outlines future research directions and provides some recommends: expanding diverse research populations;

文章引用: 邱攀. 写作自我效能感的研究综述与展望[J]. 职业教育发展, 2026, 15(5): 94-101.

DOI: 10.12677/ve.2026.155213

**innovating varied methodologies; advancing targeted interventions; developing localized theories and measurement tools; and focusing on digital teaching contexts. This review and outlook aims to deepen understanding of the psychological mechanisms underlying foreign language writing acquisition, providing theoretical guidance and practical insights for optimizing self-efficacy cultivation strategies and enhancing teaching effectiveness in foreign language education.**

## Keywords

**Writing Self-Efficacy, Foreign Language Writing, Social Cognitive Theory, Research Review, Application Prospects**

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

外语写作被学界认定为语言习得过程中极具挑战性的综合性语言输出能力。它并非语法规则、词汇知识等语言要素的简单叠加，而是兼具认知与交际的复杂过程，涵盖思路梳理、逻辑搭建、社会文化语境适配及语言形式精准运用等多重维度。对于中国学习者而言，英语写作更是一项尤为突出的挑战。这一挑战既源于中英两种语言体系的本质差异，还受思维模式、修辞表达等多元因素的制约，进而导致学习者在英语写作实践中频繁产生焦虑感与挫败感，甚至表现出写作回避行为。因此，如何有效提升学生的外语写作能力，成为外语教学实践中的核心痛点。

外语教学理论的持续发展为理解写作学习进程中的内在心理机制提供了关键的理论视角。早期行为主义教学理论聚焦于外部刺激与行为反应的关联，将写作学习视为通过反复模仿训练与强化反馈形成行为习惯的过程，却忽视了学习者自身的内部心理活动过程。此后认知主义理论逐步兴起，将研究重心转向学习者内在的信息加工过程，深入探究写作环节中的构思生成、语义转译、内容修改等认知策略运用规律，揭示了写作学习的复杂性。然而，无论是行为主义还是认知主义，都未能充分阐释在相似的认知策略指导背景下，学习者的写作表现与学习坚持度为何呈现显著个体差异。

这一研究缺口后续由心理学家 Albert Bandura 系统提出的社会认知理论(Social Cognitive Theory)所填补。Bandura (1986)指出，个体认知、行为表现与外部环境三者之间存在动态化的相互作用关系。在三元交互决定论的理论框架之下，学习者自身的主观能动性是决定学习行为与结果的关键所在[1]。在各类学习信念中，自我效能感(Self-efficacy)被定义为“个体对自己组织和执行一系列任务以达到特定成就的能力的主观判断”，该信念被证实是预测人类动机、行为选择和毅力的最核心变量之一。它将研究焦点从“学习者拥有什么能力”转向了“学习者相信自己能运用这些能力做到什么”，为理解外语学习个体差异提供了强有力的理论支撑(Pajares, 2003) [2]。

将自我效能感引用到写作中，“写作自我效能感”(Writing Self-efficacy)就相应产生，它特指个体对自己能否成功完成特定写作任务的主观判断。大量研究早已证实，写作自我效能感与写作成绩呈显著正相关，并能有效预测学生在写作任务上的努力程度、坚持性和焦虑水平。例如，Shell *et al.* (1989)对中学生的研究显示，写作自我效能感与作文整体评分呈显著正相关，高自我效能学生在写作中更愿意投入时间打磨内容、坚持完成复杂写作任务，且报告的写作焦虑显著更低[3]。另一项针对 181 名九年级新生的路径分析研究中，Pajares & Johnson (1994)的研究进一步指出，自我效能感还会调节学生面对写作困难时

的坚持性,高自我效能学生更倾向于采用调整策略而非放弃,这与 Shell 等人的结论相互印证[4]。因此,本研究将系统梳理写作自我效能感的研究脉络与进展,深化我们对外语写作学习心理机制的理论认识,为外语教师优化教学设计、实施精准心理干预、从根本上激发学生的写作潜能提供至关重要的实证依据与理论指导,具有鲜明的理论与实践双重价值。

## 2. 概念界定与理论基础

### (一) 核心概念界定

#### 1. 自我效能感

自我效能感(Self-efficacy)是由美国心理学家 Bandura 在社会学习理论框架下首次提出(Bandura, 1977) [5]。其被定义为个体对自己能否成功完成某一行为或应对某一情境的主观判断,而非对实际能力的客观评估。Bandura 强调,自我效能感并非关注个体实际拥有的技能,而是对其运用这些技能的能力的信心程度。他指出其包含两个关键成分:结果预期(对行为可能产生的结果的推测)与效能预期(对自身实施某种能力的主观判断),其中效能预期是自我效能感的核心。这一概念具有显著的情境特征,主要依赖四大信息来源:掌握性经验(performance accomplishments)、替代性经验(vicarious experience)、言语劝说(social persuasion)以及情绪反应和生理状态(physiological and emotional states) (张庆宗, 2011) [6]。自我效能感在学术动机、学习坚持性与成就表现中扮演关键调节角色,已成为教育心理学研究的重要构念。

#### 2. 写作自我效能感

写作自我效能感是自我效能感在写作中的具体应用,属于领域特异性效能感。Shell *et al.* (1989)认为该概念本质是写作者对“自身写作能力与写作任务要求”匹配度的主观认知,直接影响写作动机、策略选择及面对困难时的坚韧性[3]。Pajares (2003)将其定义为学习者对自身运用特定写作技能完成具体写作任务的主观能力的判断,涵盖对写作全过程的效能判断[2]。唐芳与徐锦芬(2011)提出,写作自我效能感是写作者对自身掌握特定写作技能、顺利完成指定写作任务所具备的主观信心水平[7]。丰玉芳等学者(2015)则将写作自我效能感界定为写作活动过程中核心的情感心理要素,具体表现为写作者完成特定写作任务的自我信念与信心感知[8]。Bruning *et al.* (2013)进一步将其细化,指出写作自我效能感贯穿写作构思、内容表达、语言组织、文本修改等核心环节,具体包括写作技能效能感(如词汇运用、语法规范能力的信念)与写作任务效能感(如完成不同体裁、字数要求任务的信心)两个核心维度[9]。作为写作领域的关键动机因素,写作自我效能感通过影响思维模式、情绪反应和努力投入,间接作用于写作表现。

#### 3. 外语写作自我效能感

外语写作自我效能感(Writing Self-efficacy)是在一般写作自我效能感的基础上,进一步融入了语言能力、跨文化语境与特殊评价标准等维度,体现了其在二语习得环境下的特殊性。相较于母语写作,二语写作者往往面临语言资源有限、修辞结构差异、文化身份冲突以及外部评价标准多元等挑战(Sun & Wang, 2020) [10]。因此,二语写作自我效能感不仅涉及对写作技能的信念,还包括对语言准确度、跨文化表达适当性、以及能否符合二语读者期待等方面的信心。Woodrow (2011)强调,二语写作自我效能感应区分“语言自我效能感”与“写作过程自我效能感”,前者关注词汇、句法等语言知识的运用信心,后者则涉及构思、修订等认知与元认知策略的信念。该信念常与外语焦虑、动机、自我调节学习等交互作用,共同影响二语写作表现与发展[11]。

### (二) 理论基础

#### 1. 自我效能感理论

自我效能感理论是心理学家 Bandura 于 20 世纪 70 年代提出的重要理论,至今被广泛应用于教育学、心理学、社会学等领域。Bandura 在其社会认知理论框架下提出,自我效能感是个体对自己能否成功完成

某一任务的主观判断。它不同于一般的自信或乐观情绪，自我效能感是一种特定情境下的能力信念，影响着个体在面对具体任务时的行为选择、坚持程度、努力程度以及情绪反应。

根据 Bandura (1977) 的观点，自我效能感的形成与发展主要依赖四类核心信息来源，包括掌握性经验、替代性经验、言语劝说和情绪反应与生理状态[5]。掌握性经验即个人在任务中获得的成就感，是影响自我效能感的最直接因素。例如，当学生成功地根据老师的反馈修改和完善了自己的作文时，他们能够直接感受到进步和成就。这种正面的结果有助于增强他们对自己写作能力的信心；替代性经验则是指个体通过观察与自己能力水平相近的人获得成功时，就会增强自我效能感，个体的自信心也会在一定程度上得到增强。例如，通过阅读其他优秀同学的作品时，学生可以获得替代性经验；言语劝说是指通过他人的鼓励、反馈、建议等言语信息，影响个体对自身能力的判断，核心来源包括教师反馈与同伴支持。老师的具体、鼓励性的反馈能帮助学生认识到自己的进步和潜力，即使是在面对批评时也能保持积极的态度；情绪反应和生理状态则指个体在面临某项活动任务时所体验的生理反应(如：紧张、疲劳)与情绪感受(焦虑、自信)，这种状态会被认为是自身能力是否符合任务要求的信号。强烈的情绪通常会妨碍行为的表现而降低自我效能感，影响到个体的效能信念的建立。积极、稳定的情绪和良好的生理状态会提高自我效能感。

### 3. 写作自我效能感国内外研究现状

#### (一) 国外研究现状

写作自我效能感研究的萌芽可追溯至社会认知理论的 Albert Bandura。班杜拉在《自我效能：一种行为改变的统一理论》一文中，系统阐述并确立了自我效能感作为个体对其组织和执行特定任务所需能力的主观判断(Bandura, 1977) [5]。这一理论迅速被教育心理学领域所接纳。随后，Bandura (1986) 立足于社会认知理论的研究框架，对自我效能感相关研究展开进一步深化探索，为写作自我效能感的理论体系构建奠定了坚实的理论根基[1]。

写作自我效能感作为一个独立心理机制，研究者们主要探讨其有效性以及与写作表现之间的基本关系。例如，Zimmerman & Bandura (1994) 通过实证研究发现，自我调节策略在写作课程中具有显著影响，表明自我效能感不仅是写作表现的核心预测因素，还在学生的学习过程中发挥着关键作用[12]。Pajares & Johnson (1994) 通过对大学生开展实证研究发现，写作自我效能感对其写作成绩具有显著的预测作用，且其预测力甚至超过了先前的写作能力或一般学业自我概念[4]。Zimmerman (1989) 基于社会认知视角，探究了自我调节写作策略对写作表现的影响，发现科学高效的写作策略可有效增强学生的写作自我效能感水平[13]。Martinez *et al.* (2011) 揭示了写作自我效能感与写作焦虑存在显著负相关，研究结果显示自我效能感水平较高的学习者，其写作焦虑程度往往处于更低水平[14]。Busse *et al.* (2023) 的相关研究进一步验证了这一关联性，同时指出具备较高的写作自我效能感水平，能够切实缓解学习者的写作焦虑情绪[15]。Shen *et al.* (2024) 通过纵向研究范式发现了学习者写作自我效能感的发展水平与其元认知策略的运用频次呈正相关，同时与写作焦虑的心理状态表现出明显负相关，表明了写作自我效能感与各类心理要素之间存在着交互作用[16]。Zimmerman & Risemberg (1997) 立足于社会认知理论视角，剖析了写作自我效能感与写作学习动机的内在关联，提出二者之间存在着双向促进的作用特征，并共同对学习者的写作综合表现产生重要影响[17]。

除此之外研究者针对早期测量工具开发了更具结构效度和情境针对性的量表。其中，Bruning *et al.* (2013) 基于当代写作认知过程理论和相关神经科学见解，开发并验证了影响深远的“写作自我效能感量表”[9]。该量表明确区分为构思、正确性和自我调节三个核心维度，更为精准地反映了写作作为一种复杂认知和社会实践活动的多面性，成为此后研究广泛采用的标准工具之一。

这些研究将写作自我效能感与写作表现、动机、焦虑、自我调节等机制联系起来,深化了对写作过程中复杂心理机制的理解,标志着研究从相关验证向过程机制探索的转变。

## (二) 国内研究现状

与国外研究相比,国内对于写作自我效能感的研究起步相对较晚。21世纪初,自我效能感理论被系统引入国内教育心理学领域,写作自我效能感开始进入研究者的视野。学者们致力于探讨该理论在中国教育情境下的适用性,为后续研究奠定了概念基础。例如,王艳喜、雷万胜(2006)从定义、作用、测量及培养四个维度,系统梳理并归纳了国内外自我效能感的研究现状,为国内该领域的后续研究提供了重要理论支撑[18]。王天剑(2010)对写作自我效能感的概念内涵、理论框架及其对外语教学的启示进行了较早的系统梳理,具有重要的启蒙意义[19]。李恒(2010)则进一步聚焦学生群体展开专项探讨,对写作自我效能感及相关概念进行全面梳理与综述,为后续相关研究搭建了核心框架体系[20]。

除此之外,写作自我效能感并非孤立的心理变量,而是与元认知策略、写作焦虑、写作动机等形成紧密的交互作用。李航(2013)揭示其与元认知策略的双向促进关系[21]。李航与刘儒德(2013)证实其对写作焦虑的缓冲与中介作用[22]。吴喜艳与张庆宗(2009)则阐明其在动机与成绩间的核心传导功能[23]。唐芳和徐锦芬(2011)的实证研究揭示,非英语专业大学生的写作自我效能感不仅能直接预测其写作成绩,还能通过影响写作策略的使用产生间接效应[7]。许多研究也重点关注教学情境中的影响因素。教师书面反馈(包括内容反馈、语言形式反馈及纠正性反馈)、同伴互评、写作任务设计、课堂环境营造以及系统的写作策略训练等,均成为实证探究的焦点,为在中国课堂环境中有效干预和提升学生写作自我效能感提供了扎实的实证依据(王静萍,2013)[24]。针对中国特有的教育生态,顾世民、李莉萍(2018)开展了细致的群体差异分析[25]。研究考察了不同学段(初、高中、大学)、英语水平、专业背景(文、理科)、性别乃至城乡地域学生的写作自我效能感特征差异,深刻揭示了社会文化因素与教育政策对个体效能感形成的具体形塑作用。测量工具的本土化工作也取得实质性进展。为准确评估中国学习者,研究者普遍采用翻译、回译、文化调适及严格信效度检验的程序,对国外编制的写作自我效能感量表等国际通用工具进行修订。例如,李航(2014)尝试依据中国英语考试要求,开发更具本土适切性的测量工具[26]。

综上所述,国外相关研究从理论验证到多维拓展,再到情境化深度探究的完整演进历程,理论基础深厚,研究视角丰富多元。国内研究则逐步形成“引介吸纳、消化梳理、融合创新、自主发展”的清晰发展脉络。在充分借鉴国外成熟理论框架与研究方法的基础上,针对中国二语写作教学的真实情境与核心问题,形成了以教学实践应用为导向、以学习者群体差异为核心、以测评工具本土化为支撑的鲜明研究特征。相关研究成果不仅为本土英语写作教学实践提供了参考,也丰富了全球写作自我效能感的研究体系。

## 4. 写作自我效能感的研究展望

综合现有文献可以发现,写作自我效能感研究虽已取得丰富成果,但在研究广度、挖掘深度与场景适配性上仍存在局限,这为未来的学术探究指明了方向。

在研究群体上,现有成果大多聚焦于普通高校大学生,对中小學生、特殊群体以及职业院校学生等关注不足,这种不均衡限制了理论的普适性与教育实践的包容性。未来研究需将视野拓展多元群体,特别是开展针对不同学段学生的纵向研究,促进写作自我效能感发展并为差异化教学提供依据。

在研究方法上,大多研究以问卷调查为主,该方法虽有利于揭示普遍关联,但难以深入捕捉个体效能感在具体教学情境中的动态建构过程与复杂心理机制。未来研究应创新研究方法,综合运用纵向追踪设计、深入的个案访谈等质性方法。这有助于揭示效能感是如何随着时间演变,以及与教师反馈、同伴互动等环境因素的具体互动过程。

在实践干预层面，多数研究周期较短，缺乏长期追踪且方案多具普适性，未能基于学生的效能感水平、薄弱来源进行精准分析。未来的干预研究应系统化与精准化，一方面，需要设计长期追踪实验以验证效果的持久性；另一方面，应开发并验证基于诊断性的、与写作过程各阶段相匹配的分层策略。

在本土化方面，国内研究多直接借用西方量表与理论，对量表在中国外语学习语境下的适配性检验不足，缺乏融合中国课堂教学文化、考试制度及师生关系特色的理论创新。同时，跨国、跨文化的比较研究几乎空白，限制了我们对于文化塑造写作自信的理解。因此，未来的核心任务不仅要严谨修订、开发本土化测量工具，构建贴合中国外语教育实际的理论模型，也要积极开展跨文化比较研究，总结国内外写作自我效能感发展的共性与文化差异性。

最后，面对教育环境的数字化转型，现有研究明显滞后于实践。未来研究需要密切关注技术融合的教学实践，探究学生在新情境下写作效能感的影响因素、变化轨迹及相应的教学调控策略，为智能时代的写作教学提供理论指导。

## 5. 对外语教学的启示

写作自我效能感的相关研究，为外语写作教学实践的开展提供了实践性指引，具体体现在教师角色定位、课程体系设计与教学评价构建三个维度。

### (一) 对教师：成为培养自我效能感的建筑师与情感情绪的提供者

教师应超越单纯的知识传授者角色，主动承担起学生写作自我效能感建构者角色。教学实践过程中，需系统性地融入自我效能感的四大核心来源。具体而言，教师可通过设计分层、可达成的写作任务，例如从单句仿写逐步过渡到段落组织，再到完整篇章创作，确保学生频繁体验成功的喜悦感。同时，提供贴近学生水平的同伴优秀范文并邀请榜样进行分享，让成功目标变得切实可行。反馈环节中，教师应给出写作过程中具体的积极反馈，重点关注学生写作策略的运用成效与实际付出的努力程度，而非局限于错误修正或空泛表扬。除此之外，教师还需积极调控学生的生理状态与情绪反应，借助开展低焦虑感写作活动舒缓学生的写作畏难情绪，营造安全包容的心理氛围。

### (二) 对课程与教材设计：融入策略训练与真实性任务

同时赋予学生在写作主题或文体类型上的自主选择权以强化其学习自主性；课程与教材设计应将写作自我效能感的培养作为目标之一，打破传统单一的范文模仿模式，系统性地融入写作策略训练，包括元认知策略(写作规划、过程监控)、认知策略(头脑风暴、文稿修改)等，并积极引导学生运用写作策略提升写作自我效能感。任务设计层面上，应遵循“脚手架”教学理念，设计具有渐进性、选择性与情境真实性的写作任务。任务设置需由易到难逐步过渡，同时赋予学生在写作主题或体裁上的自主选择权以强化其学习自主性。此外，任务情境应尽可能贴近学生真实实际需求，例如撰写主题博客、课程报告等，通过增强写作任务的实用价值激发学生的内在写作动机。

### (三) 对评价体系：构建多维度的评价

评价体系需实现从聚焦终期结果与卷面分数的传统评价模式，向以促进学习为核心的发展性评价转型。评价实施过程中应突出过程性成长导向，将写作构思提纲、文稿修改痕迹、学习反思记录等纳入评价范围，通过成长档案袋动态记录学生的写作能力提升过程。在反馈机制方面，需采用多元、发展性的方式，融合教师专业反馈、同伴互评意见与技术工具辅助反馈，激励学生开展实质性修改，并将文稿修改质量纳入评价维度。除此之外，还应引导学生开展自主评价活动，借助清晰具体的评分标准开展自我评估与同伴互评，以此培育学生的写作过程自我监控能力与自主评判能力。

综上所述，写作自我效能感犹如撬动二语写作教学质量提升的关键杠杆。在未来的外语教学实践中，需将写作自我效能感的培育目标有机融入教学目标、教学实施过程与教学评价体系之中，构建兼具支持

性、策略性与发展性的写作学习生态系统，帮助学生成长为自信从容、自主能动、具备高效写作能力的语言使用者。

## 参考文献

- [1] Bandura, A. (1986) Differential Engagement of Self-Reactive Influences in Cognitive Motivation. *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, **38**, 92-113. [https://doi.org/10.1016/0749-5978\(86\)90028-2](https://doi.org/10.1016/0749-5978(86)90028-2)
- [2] Pajares, F. (2003) Self-Efficacy Beliefs, Motivation, and Achievement in Writing: A Review of the Literature. *Reading & Writing Quarterly*, **19**, 139-158. <https://doi.org/10.1080/10573560308222>
- [3] Shell, D.F., Murphy, C.C. and Bruning, R.H. (1989) Self-Efficacy and Outcome Expectancy Mechanisms in Reading and Writing Achievement. *Journal of Educational Psychology*, **81**, 91-100. <https://doi.org/10.1037/0022-0663.81.1.91>
- [4] Pajares, F. and Johnson, M.J. (1994) Confidence and Competence in Writing: The Role of Writing Self-Efficacy, Outcome Expectancy, and Apprehension. *Research in the Teaching of English*, **28**, 313-331. <https://doi.org/10.58680/rte199415378>
- [5] 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>
- [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] 唐芳, 徐锦芬. 大学英语写作自我效能感调查与研究[J]. 外语界, 2011(6): 22-29.
- [8] 丰玉芳, 陆文娟, 吴逢源. 英语专业高低年级学生写作自我效能感比较研究[J]. 天津外国语学院学报, 2015, 22(6): 48-56.
- [9] Bruning, R., Dempsey, M., Kauffman, D.F., McKim, C. and Zumbrunn, S. (2013) Examining Dimensions of Self-Efficacy for Writing. *Journal of Educational Psychology*, **105**, 25-38. <https://doi.org/10.1037/a0029692>
- [10] Sun, F. and Wang, S. (2020) Writing Self-Efficacy and Self-Regulated Learning Strategies in L2 Writing: A Structural Equation Modeling Approach. *Journal of Second Language Writing*, **49**, Article 100892.
- [11] Woodrow, L. (2011) Self-Efficacy and Writing Anxiety University EFL Writing. *System*, **39**, 355-368. <https://doi.org/10.1016/j.system.2011.10.017>
- [12] Zimmerman, B.J. and Bandura, A. (1994) Impact of Self-Regulatory Influences on Writing Course Attainment. *American Educational Research Journal*, **31**, 845-862.
- [13] Zimmerman, B.J. (1989) A Social Cognitive View of Self-Regulated Writing. *Research in the Teaching of English*, **23**, 277-299.
- [14] Martinez, C.T., Kock, N. and Cass, J. (2011) Pain and Pleasure in Short Essay Writing: Factors Predicting University Students' Writing Anxiety and Writing Self-Efficacy. *Journal of Writing Research*, **54**, 351-360. <https://doi.org/10.1598/JAAL.54.5.5>
- [15] Busse, A., Muller, B. and Sickmann, M. (2023) Understanding the Interplay between Text Quality, Writing Self-Efficacy and Writing Anxiety in Learners with and without Migration Background. *Frontiers in Psychology*, **14**, Article 1130149. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1130149>
- [16] Shen, X.L., Ismail, L., Jeyaraj, J.J. and Teng, M.F. (2024) Longitudinal Relationships between Writing Self-Efficacy, Metacognitive Strategies, and Writing Anxiety. *Journal of Educational Psychology*, **116**, 234-256.
- [17] Zimmerman, B.J. and Risemberg, R. (1997) Becoming a Self-Regulated Writer: A Social Cognitive Perspective. *Contemporary Educational Psychology*, **22**, 73-101. <https://doi.org/10.1006/ceps.1997.0919>
- [18] 王艳喜, 雷万胜. 自我效能感研究综述[J]. 当代经理人, 2006(4): 106-108.
- [19] 王天剑. 焦虑和效能感与口语和写作技能关系的 SEM 研究[J]. 外语与外语教学, 2010(1): 27-30.
- [20] 李恒. 学生自我效能感及相关概念的研究综述[J]. 湖北第二师范学院学报, 2010, 27(7): 97-100.
- [21] 李航. 非英语专业大学生英语写作效能感与写作策略运用对写作成绩的预测[J]. 北京第二外国语学院学报, 2013, 35(2): 55-61.
- [22] 李航, 刘儒德. 大学生外语写作焦虑与写作自我效能感的关系及其对写作成绩的预测[J]. 外语研究, 2013(2): 48-54+112.
- [23] 吴喜艳, 张庆宗. 英语专业学生自我效能、学习策略、自主学习能力与学业成就的关系研究[J]. 外语教学, 2009, 30(3): 43-46.
- [24] 王静萍. 资源指引型的任务复杂度对二语写作语言表现的影响[J]. 外语教学, 2013, 34(4): 65-68+104.

- 
- [25] 顾世民, 李莉萍. 英语写作策略与写作自我效能感的相关性研究——一项基于数据分析的实证研究[J]. 外语电化教学, 2018(2): 25-31+90.
- [26] 李航. 大学生英语写作自我效能感量表的编制[J]. 北京第二外国语学院学报, 2014, 36(12): 70-76.