

# 中职学生自我效能感对英语课堂教学策略的影响

杨薇

四川省绵阳农业学校

**[摘要]**自我效能感指一个人完成工作的自信程度。近几年,在心理学社会学以及教育学等领域,自我效能感的研究范围较多。在教育领域,以中职学校学生的自我效能感展开分析,如果学生能够通过高效的课堂学习,获取到更多的学习知识,他们的自我效能感也会得到相应的提升。对此,中职教师需要利用自我效能感,作为英语教学的突破口,从而针对性地培养学生的学发展。对此,文章以英语课堂教学为例,对中职学生的自我效能感进行分析,从而针对性地培养学生展开学习和发

**[关键词]**中职学生;自我效能感;英语课堂

**【DOI】**10.12252/j.issn.2096-6288.2021.12.681

在英语学习期间,很多学生会因为对英语学习感到吃力,而产生消极的学习心态,这就导致了他们在课堂学习的过程中,出现学习质量差、学习效果达不到预期的问题。在课程改革的背景下,中职教师需要分析学生的学习现状,对学生的自我效能感进行了解,培养学生建立学习自信心,从而掌握更多的英语学科知识。

## 一、自我效能感理论探究

美国著名心理学家班杜拉,是自我效能感概念提出的第一人,这一概念主要指的是一个人是否能够应用自身的能力完成工作,并产生自信。这一概念被提出后,各学科领域都开始对这方面展开大量的研究。自我效能感主要有以下三个方面的功能:首先,自我效能感能够影响个体的行为方向并确定发展目标,个体所选择的的活动取决于他面对各类活动的自我效能感。其次自我效能感会影响一个人在从事项目活动中,付出努力和时间后,对待逆境能否继续坚持。高自我效能感会让个体在个人的努力中持之以恒的完成预期目标,而低自我效能感人往往会遇到挫折后否定自己,最终半途而废。最后,自我效能感通过对事件的归因影响认知。高自我效能感的人会将归因归结于自己的能力强,低自我效能感的人,会把成功的原因归结于运气。影响自我效能感高低的主要因素在于:一个人的经历,一个人的身心发展状态以及他人的言语劝导。当然,这些信息并不是决定性的因素,而是间接因素。

## 二、中职学生具备自我效能感的重要性

当前,我国中职生的自我效能感普遍较低,与普通高中相比,在学习信念、目标达成、自我预期等方面都缺乏自信,容易作出消极的预期。观察他们在日常生活中的学习状态和表现,会发现他们中绝大多数学生应对学习和考试经常会出现马马虎虎的应付现象,分析这一现象背后的行为,是自我效能感低下和缺失的问题。中职生的中考成绩较低,他们开始怀疑自己的学习能力和学习态度,出现了自我否定和自我怀疑的心理特点。在这种情况下他们在学习中会出现逃避的现象,如果得不到教师及时的教育辅导,不仅会在学习成绩上得不到提升,还会出现严重的心理问题。

对于中职生来讲,具备自我效能感能够丰富自身的心

灵,让自己在学习的过程中提高自身的精神需求,增强自身的价值感。当学生通过自己的努力获得成绩上的提升时,学生的自我价值也会得到提升。相反,学生如果自我效能较低,就会出现自我价值感下降的情况,从而出现自卑心理。在这种情况下,教师需要进行教学辅导,端正中职生自我学习效能感,并适当作出学习难度上的调整,培养学生的综合素质能力。对此,在学科教学中,教师需要结合知识特点,从多个层面展开教学设计,突出培养学生的自我效能感,激励学生积极参与到学习活动中,才能在不断的自我激励下提高自身学习能力。

## 三、中职学生自我效能感对英语课堂教学策略的影响

### (一) 因材施教设置方案,让学生获得成功体验

影响自我效能感最关键的指标在于个体的成败经验。学生如果在一定阶段内看不到自己努力的成果,他们就会逐渐失去学习的劲头。对此,教师要根据学生的实际情况结合学生的自我效能感、性别、年龄以及英语成绩这几个指标进行分析,尽量针对每个学生的不同特点之间区别化的教育,使他们能够接受最合适的教育,这样才能促进学生的学习能力发展,最大限度地提升能力的提升,提升自身的能力,并增强综合素质。

在教学过程中,有一部分对于英语学科的学习信心较低,他们没有对英语学科的学习兴趣和动力,不愿意主动参与到学习活动中,这就导致了他们无法理解一些重点难点的知识。对此,教师需要分析学生学习动力差的原因,并结合学生的不同特征,设置不同的教育教学评价方案。其中,教师可以设置竞争与合作两种学习机制,激发学生产生学习动力,并在竞争或合作的过程中提高学生的自我效能感。具体来讲,在对一些重点单词和句型进行讲解时,若教师直接设置与学生的矩形对话,则会导致学生出现紧张的现象,无法获得学习自信心。对此,教师要做好规划,科学制定小组合作学习方案,提前进行小组分配,让学生在合作学习探究的过程中,锻炼学习能力,并通过互相学习,强化对知识的理解,提高自我效能感。

### (二) 树立典型教育榜样,教育学生横向自我比较

很多学生经常会有这样的心理:自己的成绩不好,没

有考上普高。他们往往会产生自卑心理,认为自己在很多方面都不如别人,在成绩上与普高学生进行对比。在这种情况下,教师需要进行心理疏导,让学生认识到成绩并不是评判一个人的唯一标准。其中,教师可以利用榜样教育,榜样效应,对于中职学校的学生来讲,有助于他们提升自我效能感。教师可以以身边的例子展开榜样教育,对身边英语学困生学习进步的过程进行表扬,并让其他学生学习,使其他学生对自己的成功产生信心。另外,教师也可以对学生的优点、特长和闪光点进行表扬,真正做到扬长补短,让学生与自己进行横向对比,对比自己是否比以前有所进步,调整好心态,才能获得自身能力的发展。另外,教师还要关注于最近发展区,让学生结合自己的实际情况设定科学合理的目标,对于英语学科来讲,学生要在阅读写作等方面展开学习和发展的,遇到困难能够正视,不轻易决定退缩。

### (三) 重视学习归因训练,提高学生自我效能感

当事情获得一个结果后,学生对于事情的归因往往不同。自我效能感往往是通过归因影响到一个人的认知水平,并影响到一个人整体的情绪状态。对此,教师需要对学生展开相应的归因训练,积极指导他们将成功的因素归结于自我的努力,而非运气。避免出现消极的归因,并逐渐形成积极的归因。作为教师,要做好教育教学辅导,当学生取得学习上的进步,或是学习能力上的提升时,引导学生将成功的归因归结于自身的努力,这样才能提高他们的自我效能感。在教育教学阶段,为了提升他们的自我效能感,教师需要设置公益训练活动,教他们学会欣赏自己的成功,不断加强自我能力建设,树立坚定的自信心,从而提升自己的学习能力,获得满足感。

### (四) 树立正确价值观念,增强学生学习发展动力

一个人的实际发展状态,是影响学生自我效能感的重要指标。中学生的英语学习能力普遍基础较差,他们对英语学习会产生较深的焦虑感,往往会出现退缩和逃避的现象。在这种情况下,教师就需要做好教学引导,引导学生树立正确的学习价值观念,让学生相信英语是一门语言类的学科,只要通过自身的努力,就能收获一定的学习成效。语言学习是靠耐心与毅力,学生需要持之以恒地进行学习和思考,才能获得长足的进步和发展。在学生的学习中,如果只将英语知识当作一门学科来进行学习,是远远不够的,学生需要通过自身的毅力持续性地展开学习和思考,并摆脱汉语言的思维模式,才能获得良好的学习效果。

为了提高学生的自我效能感,教师要做好教育辅导工作,对学生的心理状态进行分析,从而帮助学生科学地认识自我。自我效能感决定了学生在个体发展过程中的生活态度,自我效能感也影响到了自身的心理状态。让学生建立对学习的确切认知,有助于学生积极面对问题,从而乐观面对

问题。自我效能感能够激励学生加强学习努力,确信自己所做的努力都是值得的,并获得满足感。

### (五) 重视学法教育指导,创造和谐学习氛围感

为了培养学生的自我效能感,教师需要对学生学习方法进行指导,帮助学生掌握英语学科学习的基本方法和技巧,在教学中引导学生学习记忆单词的方法,理解语法知识的基本方法。教师的教学方法指导能够很大程度上影响学生的学习效果。为了更好的培养学生的自我效能感,教师需要在教学过程中尊重学生的个性化发展,给予学生更多的尊重,构建一个和谐的师生关系,引导学生完成高效的学习活动。具体来讲,教师需要在教学过程中对学习力差的学生给予更多的情感支持,用微笑来鼓励学生,给予学生更多的学习自信心,让学生勇于面对困难和挫折。在教学过程中,教师要科学评价学生的学习情况,以鼓励性的方式激励学生,并以巧妙的方式指出学生学习过程中的问题,从而让学生意识到自己的问题后,通过努力进行改正。

与此同时,教师需要创设良好的学习氛围。学习环境也能够影响学生的自我效能感,教师构建一个良好的学习氛围,有助于学生学习自信心的培养,并引导学生建立基本的学科学习信心。一方面,教师要给予学生更多的关爱,塑造一个高质量的课堂教学氛围。另一方面,学校和教师需要做好引导和帮助,让学生努力营造一个友爱的班级氛围。比如说,在课堂教学中为了烘托一个良好的学习氛围,教师可以结合多媒体设备展示即将学习的内容,拓展学习知识,并吸引学生的学习兴趣。在一个活跃的学习氛围中,学生能够清楚地认识到自己的学习能力,并逐步建立起学习自信心,对英语学科产生学习兴趣。

## 四、结束语

综上所述,在中职英语学科教学中,教师要结合中职学校学生的实际情况,分析他们的学情和学习特点,在英语教学的过程中充分落实自我效能感的培养工作。与此同时,教师需要给予充分的重视,在英语学科教学期间设置多元化的教学方案,促进他们的学习能力发展,潜移默化地培养学生的自我效能感,让学生在多元化的学习活动中,深化理解和思考,引导学生不断积累知识,从而提高自我效能感。

## 参考文献

- [1]刘丁吉.简论中职学生自我效能感的构建[J].职业教育(下旬刊),2020,19(12):3-9.
- [2]徐爱斌,王丽娟,任云华.中职学生一般自我效能感的调查分析[J].教育科学论坛,2020(27):69-75.
- [3]张尊亮.基于自我效能的中职生英语语言学习策略研究[J].现代交际,2020(06):185-186.
- [4]卢杰.中等职业院校学生自我效能感与人格的相关研究[J].校园心理,2019,17(05):363-365.