

中职“学困生”英语学习效能感提升的行动研究

董林燕

山西运城闻喜县职业中学

摘要：新时代发展背景下，英语素养成为中职学生必须具备的一种能力，这对学生的学习与职业发展有着关键影响。但是在英语课程学习中，有些学生受到个人、家庭、教学与社会等因素的影响而对英语学习认知不足，表现出不感兴趣、畏难等心理，不能从中获得学习效能感，英语综合能力提升缓慢。对于这些“学困生”，为提高其英语学习成效，提升学习效能感是非常有必要的，本文就如何有效提升中职“学困生”的英语学习效能感进行探讨，希望能帮助学生增强学习积极性与自信心。

关键词：“学困生”；学习效能感；提升

【DOI】10.12252/j.issn.2096-6288.2025.08.054

引言

英语作为重要的交流工具，对中职学生未来的职业发展与个人成长具有重要意义。然而，中职学校中存在许多英语“学困生”，其学习效能感低，学习积极性不足，影响英语成绩也制约综合素质提升。本文结合中职教育特点与“学困生”学习需求，从个体、家庭、学校、社会四个维度深入探究影响中职“学困生”英语学习效能感的因素，并寻找有效的提升策略，旨在切实提升中职“学困生”英语学习效能感，促使中职学生实现英语能力综合发展。

一、学习效能感的内涵与要素

学习效能感的概念是在班杜自我效能理论的基础上延伸出来的，是指个体对自身能否成功完成学习任务的信念，对学习行为与学习结果具有直接影响。

学习效能感包括以下几个要素：一是能力信念，即个体对自身学习能力的认知，比如有些学困生主观认为自己的英语口语能力不好，其就会对口语表达失去信心，怕一开口就出错，继而就不愿意开口去说，这样的主观判断直接影响到学生的学习信心与积极性。二是努力信念，即个体对努力与学习成果关系的认知，是否认为通过付出时间和精力能提升学习成效。比如当学困生相信自己能够通过努力克服英语基础薄弱的困难时，其就会形成一种自驱力，进而会更主动地投入学习当中。三是自我调控信念，即个体对学习过程和情绪的管理能力，比如学生能合理设定自己的学习目标，把控好自己的学习进度，根据学习情况自主调整学习方法，以及在遇到学习困难时能进行自我调节。四是学习策略信念，即个体对运用有效学习策略提升学习效果信心。比如，学生在英语学习中相信能通过制定学习计划，利用好碎片化时间实现英语知识的有效学习。

二、影响英语学困生自我效能感的原因

（一）个体层面原因

一是学习动力匮乏。许多学困生对英语缺乏兴趣，

把学习当作被动需要完成的学习任务，没有认识到英语对个人发展的意义。加上有些学生的意志力薄弱，遇到词汇难记、语法难懂、听说训练难等问题时容易产生畏难情绪，不愿意坚持学习下去，导致其学习效能感难以提升。

二是归因方式消极。学困生习惯将英语学习失败归结于自身能力不足、智力不够等无法改变的天生因素，而不是从努力程度、学习方法等方面找自己英语学不会、学得慢的原因。这种消极的归因方式，致使学生始终看不到自身的潜力，没有了自主性的动力，在学习实践中就会放弃通过努力改善学习的机会，陷入“怎么学都学不好”的恶性循环，导致自我效能感严重削弱。

三是认知能力不足。部分学困生在英语学习所需的认知能力上存在不足，比如语音辨别能力弱、口语发音能力差、单词记不住、语法理解困难等。这导致他们在英语学习过程中频繁受挫，获得不到成功的学习体验，自信心逐渐被消磨，严重阻碍了英语学习效能感的提升。

（二）家庭层面原因

一是情感支持缺位。部分家长因工作繁忙、家庭关系紧张或教育观念不足，对孩子英语学习不够上心。当孩子在学习中遭遇困难时无法从家庭中获得鼓励和安慰，反而感到孤独无助，这导致学生的学习积极性受挫，失去提升学习效能感的情感动力。

二是学习资源匮乏。受家庭经济条件或英语价值认知的影响，许多学困生没有充足的英语学习资源，如缺少英语教材、课外读物、在线学习工具等，在英语学习中很难保持持续性，缺乏学习巩固与拓展，导致学习进度落后，与其他同学差距不断拉大，继而影响学习效能感的提升。

三是教育方式不当。部分家长教育方式简单粗暴，只看重考试成绩，忽视孩子学习过程中的努力与进步，一味地要求学生提高分数，给孩子带来巨大压力；还有

些家长对孩子完全放任不管,缺乏必要的监督和引导,使孩子出现学习态度不端正、学习方法不得当等问题。这些错误的教育方式不利于孩子建立英语学习的信心和效能感。

(三) 学校层面原因

一是教学目标与实际脱节。中职英语教学常将重点放在理论知识传授,忽视与学生未来职业发展的结合。如旅游服务专业缺少酒店英语、导游英语等实用性英语知识的教授;机械制造专业学生缺少行业技术英语知识的教授等。职业需求不匹配教学内容,让学生感受不到英语学习的实际价值,从而削弱其学习动力与效能感。

二是教学方法单一枯燥。部分教师依赖“填鸭式”教学,课堂上教师讲解、学生被动听讲,缺乏小组合作、情景模拟、角色扮演等多样化的互动环节,致使课堂氛围沉闷,很难调动起学困生的学习兴趣,加剧学习效能感的降低。如在英语对话教学中,教师仅让学生朗读课文,并不创设真实的交流场景来让学生模仿对话,学生照本宣科的朗读,缺少情感、情绪的融合,体会不到学习英语的乐趣,进而消极应对学习。

三是评价体系片面。学校英语评价过度看重考试成绩,忽略学生学习过程中的努力与进步。如学生平时积极参与口语练习,但笔试成绩差而被整体否定;学生经过努力成绩有所提高,老师和家长却依然认为其英语学习差。单一、缺乏个性化的评价标准使学困生长期处于挫败状态,无法获得学习成就感,导致学习效能感大大降低。

(四) 社会层面原因

一是社会偏见。社会普遍存在对中职教育的偏见,认为中职生能力不足,这种观念使学困生在求职、社交中遭遇歧视,学生就会认为即使英语再好也不会得到社会的广泛认可。同时,部分行业对英语能力要求不高,导致学困生及其家长错误认为英语学习对职业发展帮助不大,严重低估学习英语的价值,学习行为上就会表现得不那么重视和努力,自然难以提升效能感。

二是文化隔阂与语境缺失。本土文化与英语文化有着明显的差异,部分学困生对英语文化的了解与认同不足,对其产生陌生感、疏离感。再加上日常生活中应用英语的场景少之又少,缺乏语言实践环境,学生难以将课堂所学用于实际交流,无法感受英语学习的实用价值与乐趣,也在一定程度上导致其获得不了学习效能感。

三是信息误导。部分媒体过度强调学习英语是有难度的,营造出英语学习高不可攀的氛围,这很大程度上加剧了学困生对英语学习的畏难心理。一些不良教育机构为牟利夸大宣传,向学困生和家长传递过多的应试技

巧,误导其学习方向与重点,干扰学生的正常学习认知,致使学困生的学习信心与效能感被进一步挫伤。

三、提升中职“学困生”英语学习效能感的实践策略

(一) 分层规划,激活效能内驱动力

基于学困生英语基础、学习能力与兴趣差异,教师要着重激活学生的内驱动力,为此,可以分层规划学习目标,将笼统的学习目标拆解为阶梯式、可操作的具体任务,使每个学生都能找到适合自己的学习节奏,逐步建立学习信心。对于基础薄弱的学生,目标重在夯实词汇和语法基础,如设定目标“每周掌握20-30个高频生活类词汇”“学会使用简单的日常句型进行对话”;对于有一定基础的学生,在巩固基础的同时增加阅读和写作训练,如设定目标“每月完成一篇英语短文仿写”,从模仿范文结构和句式逐步过渡到写作;对于能力较强的学生,侧重于提升语言运用能力。此外,也可以将长期目标细化为短期、可达成的小目标,让学生在逐步完成小目标的过程中感受到自己的进步,如将一学期“掌握500个核心词汇”的大目标拆解为每周学习25个左右的词汇的小目标。同时,教师要每月对学生的目标达成度进行评估,根据实际情况动态调整目标。通过这种分层递进、动态调整的目标规划,学生能清晰看到自己的进步过程,逐步克服“学不会”的畏难心理,强化“我能学会”的信念,有效提升英语学习效能感。

(二) 创设情境,点燃效能学习热情

传统“填鸭式”英语教学让英语知识脱离实际应用场景,导致学困生学习兴趣缺失、效能感低下。为此,需构建生活化、趣味化的英语教学情境,将抽象知识转化到实际运用场景中,让学生在沉浸式体验中感受英语的实用性与趣味性,从而点燃学习热情。

以高等教育出版社《英语2基础模块》中“UNIT 1 Travel”教学为例,教师可模拟旅行场景,布置教室为酒店前台,学生分别扮演接待员与游客,在“酒店入住”环节使用“May I have your reservation number?”“Here's your key card.”等句型进行对话。在“景点介绍”环节,利用多媒体展示真实景区图片、视频,让学生分组担任导游,结合课本中的词汇和句式,用英语介绍景点特色,如“The Great Wall is one of the greatest wonders in the world.”。这样的情境创设让学生迅速将英语知识与真实场景建立联系,认识到英语在生活中的应用价值与实践性,从而有效激发其学习主动性。学生在这些生动的情境中,不再将英语学习视为枯燥的任务,而是主动参与角色扮演、小组讨论等互动活动,在解决实际问题的过程中提升语言能力,英语学习效能感也会逐步增强。

（三）个性辅导，筑牢效能知识根基

中职英语传统“一刀切”的教学方式难以满足学生的个性化需求，为有效帮助学困生夯实英语知识基础，增强学习效能感，教师要在教学方法上进行优化，落实因材施教的理念，做好对学困生的个性化辅导。为此，教师先通过课堂表现、作业反馈和测试结果分析学困生的知识薄弱点，如有的学生在词汇记忆上存在困难，单词遗忘率高；有的学生对语法知识理解模糊，句子结构分析能力不足。针对不同的学习困难情况，采取对应的学习指导方式，如针对记单词的难题，采用联想记忆法引导学生深刻记忆单词，或采用图片、例句的方式加深对英语单词的印象；对于语法结构分析的难题，利用线上平台录制语法微课，采取例句和动画演示的方式帮助学生理解语法的用法，或布置针对性练习题，包括基础的单句改错、复杂的短文填空等，以提升学生对语法知识的运用能力。

此外，教师还可以为不同学生安排听、说、读、写能力的专项训练。如对于口语表达能力弱的学生，组织英语角活动开展对话练习；对于写作能力差的学生，提供写作模板和范文一对一的指导并批改其作文。通过个性化辅导让学生有针对性地弥补知识漏洞，在一次次小进步中积累信心，学习积极性和自我效能感自然得到提升。

（四）多元评价，强化效能正向反馈

传统以考试成绩为主的单一评价模式容易使学困生陷入“我不行”的恶性循环，为打破这一模式教师应积极构建多元评价体系，从多维度评估学生能力、挖掘学生潜力，以正向反馈激发学习效能感。为此，教师可以设定学习态度、努力程度、进步幅度、创新能力等维度的综合评价表，关注学生对英语知识的掌握程度，也观察其课堂参与度、小组合作表现及能否灵活运用知识解决实际问题。教师进行详细评价，同时也让学生对照评价表反思自己在单词背诵、口语练习中的努力情况，从而全面客观地反馈学习成果，使学生看到自身优势，强化“我能行”的积极认知。另外，教师还要运用好评价的激励作用，设置评价奖项，如有的学困生因英语基础薄弱长期成绩不佳，但通过每天坚持跟读英语短文，口语表达能力明显提升，就可以评为“进步之星”；有的学生在小组合作积极表现，对小组任务的完成贡献力量，得到教师与小组同伴的好评，就可以评“最佳团队贡献奖”。这种及时的肯定与奖励，促使学生获得持续的正向反馈，进而有效提升其英语学习的自信心与学习效能感，形成努力学习—获得认可—增强信心的良性循环。

（五）家校社联，拓展效能成长空间

中职英语学困生的学习效能感提升需要家庭、学校、社会三方协同发力，构建全方位的教育支持网络，帮助他们在实践中感受英语的价值，从而激发学习动力。为此，学校应定期召开家长会，针对中职英语学习特点向家长介绍科学的教育方法，并让家长直观了解孩子的学习进度。同时，举办家庭教育讲座，邀请专家讲解语言学习规律，引导家长重视孩子的学习过程而非单纯关注成绩。在加强对英语学习重视的前提下，使家长更关注学生的英语能力发展，自主协助孩子进行英语学习。学校可以联合社区开展英语角活动，邀请英语爱好者、留学生与学生交流，学生们用英语讨论当地景点、美食，锻炼口语表达能力并拓宽文化视野。同时，学校与企业合作，为学生提供职业英语实践的机会。如电商专业学生在跨境业务中尝试撰写英文产品介绍，将英语学习与职业发展紧密结合。这种多方联动的模式让学生感受到英语学习的重要性与乐趣，有效增强其学习动力和效能感，助力他们实现全方位成长。

结语

综上所述，“学困生”在中职英语教学中是不容忽视的群体，受到个体、家庭、学校与社会等多维度的影响，导致学生对英语不重视、学习英语不积极、英语能力提升慢等，整体表现为学习效能感较低。为有效提升学生的英语学习效能感，教师可以实施分层目标让学生明确努力方向，实施个性化辅导弥补知识短板，构建生活化情境激发学习兴趣，开展多元评价增强学习信心，加强家校社联动拓宽学习空间，促使学生主动参与英语学习，并逐步建立起“我能学好英语”的积极学习认知，并在行为上坚持努力去学习英语，切实帮助中职“学困生”突破学习困境。

参考文献

- [1] 韩佳佳. 高中英语学困生的成因及矫正策略[J]. 新智慧, 2024, (33): 95-96.
- [2] 杜利红. 提高中职英语课堂教学质量的有效策略[J]. 校园英语, 2024, (18): 151-153.
- [3] 殷仕安. 也谈中职英语学困生的转化[J]. 安徽教育科研, 2024, (03): 124-126.
- [4] 李静. 探究职校英语学困生学习效能感的提升策略[J]. 校园英语, 2023, (29): 154-156.
- [5] 曹文玉. 中职英语学科教学中学困生的心理分析及应对策略[C]// 中国国际科技促进会国际院士联合会工作委员会. 2023年创新教育实践国际学术会议论文集(二). 襄汾县职业技术教育中心; 2023: 121-123.
- [6] 张惠珍. 浅谈中职英语教学现状及如何提高中职英语教学质量[J]. 校园英语, 2022, (02): 161-163.