

心理弹性与外语学习策略使用： 线上教学模式的调节效应

刘茜

(中南大学外国语学院, 湖南长沙, 410083)

[摘要] 通过开展线上原位翻转教学和线上直播讲授两种模式的教学实验, 考察外语学习者的心理弹性与学习策略使用之间的关系, 并探索不同线上教学模式在其中的调节作用。研究结果表明, 线上外语学习环境下, 学习者的心理弹性越好, 外语学习策略使用情况也越好, 且这一预测关系受到教学模式的调节: 在线上原位翻转教学模式下, 心理弹性的变化能够正向预测外语学习策略的使用; 而在线上直播讲授模式下, 心理弹性不能预测外语学习策略的使用。该研究结果提示了线上教学模式在心理弹性对外语学习策略使用影响中的重要作用, 也为外语教学模式的个性化选择提供了科学依据。

[关键词] 心理弹性; 外语学习策略; 教学模式; 线上原位翻转; 线上直播讲授

[中图分类号] H319 **[文献标识码]** A **[文章编号]** 1674-893X(2023)01-0149-08

一、引言

随着信息技术的迅猛发展, 外语教育已进入人工智能驱动的智慧学习阶段。在人工智能深度融入外语教学的这一背景下, 我国高校线上外语教学模式主要有两种: 线上原位翻转课堂和线上直播讲授课堂。新的学习情境催生了新的外语研究问题, 比如: 对于不同的外语学习者, 教师应该如何科学地选择线上教学模式。要解决这一广大外语教师的困惑, 首先要厘清以下两个问题: 哪些个体差异指标会影响外语学习者的线上学习成效和学习策略? 这种影响关系是否受到不同教学模式的调节? 基于此, 本文实证研究两种不同线上教学模式下外语学习者的心理弹性与学习策略使用之间的关系, 并进一步探究教学模式在其中的调节效应, 以期为线上外语教学模式的选择提供科学依据。

二、研究背景

心理弹性是积极心理学中的一个重要概念, 其指个体“尽管面临损失、困难或逆境, 但仍能

有效地应对和适应”^[1]。在心理学界, 支持“结果说”的学者将心理弹性看作个体经历高危之后的积极结果; 支持“过程说”的则认为心理弹性是消极生活事件与保护性因素共同发挥作用的动态过程; 而“特质论”把心理弹性看作是个体应对消极生活事件的特质^[2]。目前, 大多数心理学家把心理弹性作为一种人格特质进行测量。在二语习得领域, 心理弹性也被称为学业浮力, 它是“个体差异研究在积极心理转向背景下的一个新的研究增长点, 但相关研究还处于起步阶段”^[3]。

外语学习策略是指语言学习者为了更容易地学习语言知识和技能, 或是为了运用语言以及弥补语言知识的不足而进行的有意识或是无意识的行为及心理活动^[4]。外语学习策略可以归纳为以下几个范畴: 元认知策略、认知策略、补偿策略、社交策略以及情感策略。

心理弹性和外语学习策略之间的直接关系目前虽未明确, 但是他们的间接关系研究已取得一定进展。第一条间接关系链为心理弹性、焦虑

[收稿日期] 2022-11-05; **[修回日期]** 2023-02-10

[基金项目] 2021年度湖南省普通高等教育教学改革研究项目“大学英语国家级混合式一流课程建设路径与学习成效研究”(HNJG-2021-0338); 2021年度中南大学教学改革研究项目“大学英语国家级混合式一流课程建设路径与学习成效研究”(2021jy084)

[作者简介] 刘茜, 女, 河北石家庄人, 中南大学外国语学院副教授, 主要研究方向: 二语习得, 联系邮箱: 46518075@qq.com

与学习策略的关系研究。具体来说,在心理弹性与焦虑的关系方面,有研究表明,后疫情时期医学生的心理弹性对焦虑症状有负向影响^[5]。COVID-19 控制期间,心理弹性在社会支持与焦虑之间起中介作用^[6],也就是说,心理弹性会受到社会支持的正向影响,然后负向预测焦虑。在外语学习焦虑与学习策略使用之间的关系方面,有研究表明,二者之间呈显著负相关,高焦虑组的学习策略使用明显少于低焦虑组^[7-9]。具体到网络外语学习环境下,学习焦虑与策略使用也呈负相关^[10]。

第二条间接关系链为心理弹性、倦怠与学习策略的中介关系链研究。一方面,心理弹性能够负向预测学习倦怠^[11]、工作倦怠^[12];另一方面,倦怠对学习策略有负向预测作用^[13]。具体到外语学习,倦怠与外语学习策略呈显著负相关^[14]。基于以上文献梳理,我们更加关心:心理弹性是否也有可能直接作用于学习策略使用。

实际上,心理弹性和策略使用之间的直接关系研究虽未在外语领域开展,但在教育学领域和医学领域已是一个成熟的研究课题。比如,有教育研究表明,情绪调节策略与心理弹性显著正相关^[15],心理弹性会影响认知重评策略,并且进一步影响疫情期间的师生关系^[16];在医学研究领域,也有学者发现,高心理弹性组会更多地使用注意转移策略和忽视策略来降低疼痛^[17]。因此我们推断,心理弹性很可能对大学生线上外语学习的策略使用与调整产生影响。

对于广大外语教师来说,如果心理弹性对线上外语学习的策略使用产生影响,随之带来的另一个重要问题是:不同的线上教学模式是否会改变二者之间的作用关系或者作用力大小?

近几年尤其是疫情控制期间,我国高校线上外语教学模式主要有两种:线上原位翻转课堂和线上直播讲授课堂。线上原位翻转课堂本质上是云端混合式教学,其内涵是将原本在学校开展的混合式教学平移到线上环境开展,其基本教学步骤和内容不变。线上直播讲授课堂本质上是以讲授为主、讨论为辅的传统教学模式。

目前,虽然不能确定不同线上教学模式与学

习策略之间的关系,但是有研究表明,在云端翻转课堂,外语学习者的能动性显著得到提升^[18],口译学习者的自主学习积极性也得到提升^[19]。因此可以推测,线上原位翻转课堂的外语学习者很可能更加自主地使用学习策略。另外,还有一种可能是线上教学模式不直接对学习策略发挥效应,但会调节二者之间的关系。这其中的作用机制背景是:和线上直播讲授课堂相比,云端翻转课堂具有高阶性、创新性、挑战度的特征。心理弹性作为一种应对逆境的心理特质,更容易在困境中发挥效应。而直播讲授课堂则相反,很可能因为在学习过程中外语学习者以听为主,课堂研讨互动不足,难以形成挑战性,因此,不容易激发学习者启动心理弹性的作用机制。

基于以上文献分析,本研究提出两点假设:

(1) 心理弹性与线上外语学习策略使用正相关。

(2) 线上教学模式在心理弹性与线上外语学习策略使用的关系中起调节作用:线上原位翻转课堂中,外语学习者的学习策略使用受到心理弹性的正向影响;而在线上直播讲授课堂中,外语学习者的学习策略使用不会受到心理弹性的影响。

三、研究设计

(一) 研究对象

本研究采用方便抽样法,在获得学校、学院和学生本人同意后,从中南地区某省一所“双一流”高校同一专业抽取了4个大一年级大学英语自然班级。其中两个班开展线上原位翻转教学,另外两个班开展线上直播讲授教学,为期两个月。教学实验结束后,向99名学生发放了问卷,最终获得有效问卷97份。被试的年龄范围为17~19岁。

(二) 研究工具

本研究分别使用 Connor-Davidson 心理弹性量表中文版和网络环境下大学生英语学习策略使用情况问卷测量学习者的心理弹性和外语学习策略使用情况。同时使用访谈和反思日志两种定性研究形式佐证定量研究结果。

在十多种测量心理弹性的工具中,本研究所

使用的 Connor-Davidson 心理弹性量表在国内外应用较为广泛。Connor-Davidson 心理弹性量表由 Kathryn M. Connor 和 Jonathan R.T. Davidson 于 2003 年编制, 共含 25 道题目, 采用李克特五点计分制(0~4), 分数越高表明心理弹性越好。该量表信度良好, 克隆巴赫系数为 0.89; 聚敛效度和区分效度经过检验显示良好^[20]。

Connor-Davidson 心理弹性量表中文版由于肖楠和张建新翻译编制, 保留原版所有题目, 经因素分析后确定量表为三因素结构: 坚韧、力量、乐观^[21]。总量表克隆巴赫系数为 0.91, 说明 Connor-Davidson 心理弹性量表中文版可靠性高。在本研究中, 总量表克隆巴赫系数为 0.67。

网络环境下大学生英语学习策略使用情况问卷(Language Learning Internet Strategy Questionnaire, LLISQ)是熊苏春结合网络环境下我国大学生英语学习的现状, 在牛津大学语言学习策略量表(Oxford's Strategy Inventory for Language Learning, SILL 2002)的基础上开发出来的^[22]。主要测量元认知策略、认知策略、记忆策略、补偿策略、情感策略和社交策略。在本研究中, 总量表克隆巴赫系数为 0.97, 量表信效度良好。

访谈的主要目的是比较线上与线下外语学习的难易程度以及各自的优缺点。反思日志主要关注线上外语学习的策略使用情况和线上学习困难等。

(三) 研究程序

该研究在 2020 年 COVID-19 控制期间的春季学期大学英语线上课堂开展, 为期两个月。为了避免教师个体差异因素对实验可能产生的干扰, 所有教学任务由一位教师完成。将教学实验分为线上原位翻转课堂(实验组)和线上直播讲授课堂(对照组)两种模式开展, 各有两个自然班的学生全程参加。线上原位翻转课堂就是将混合式教学的核心要素在线上教学中呈现, 除了原来的见面课改为线上进行, 其他混合式教学元素均予以保留。教学主要分为四个阶段: 第一, 基于慕课的学生课前自主学习阶段; 第二, 基于线上智慧平台的学生课前自主学习、测试和讨论阶段; 第三, 线上课堂师生研讨和教师补充讲授阶段;

第四, 贯穿课堂和课后的教师点评与学生反思阶段。线上传统讲授教学模式的学习内容和时间与线上原位翻转课堂基本保持一致, 但是学习流程和讲授方式有较大差异, 具体包括三个步骤: 课前学生基于教材完成预习任务; 课中教师基于经验讲授课程主要内容, 辅以师生讨论; 课后学生完成慕课补充学习、智慧平台练习、检测和拓展训练, 教师完成反馈。教学实验结束后, 进行访谈和反思日志收集, 使用心理弹性量表测量学生的心理弹性水平, 使用网络环境下大学生英语学习策略使用情况问卷测量学生学习策略使用情况。

(四) 数据处理

本研究采用 SPSS 22.0 对数据进行统计分析。

(1) 考察自变量心理弹性与因变量学习策略使用的相关关系, 采用皮尔逊相关分析对各自变量和因变量的相关性进行计算和检验。

(2) 进行调节效应检验。由于本研究的自变量心理弹性是连续变量, 调节变量教学模式是分类变量, 因此, 需要进行虚拟编码后的调节效应检验。具体来说, 对调节变量 M 教学模式进行虚拟编码, 生成新的虚拟变量, 用来比较自变量心理弹性对因变量学习策略使用的影响是否存在研究类别($d=1$)与参照类别($d=0$)的差异。虚拟编码后调节变量的系数就是研究组相比于参照组(编码为 0)的系数差异。具体处理步骤如下: 调节变量教学模式使用虚拟变量, 并将自变量心理弹性和因变量学习策略使用进行标准化处理, 然后进行层次回归分析和简单斜率检验^[23-24]。

(3) 计算效应量, 查看效应量大小。

四、研究结果

(一) 描述性统计与相关分析

由表 1 可知, 学习者的心理弹性与学习策略使用显著相关($r=0.399, p=0.000$), 即在 COVID-19 控制期的线上学习过程中, 心理弹性越好的外语学习者, 其学习策略使用情况越好。这一结论也获得了定性研究结果的佐证。根据访谈和反思日志中的反馈和描写, 心理弹性好的学生倾向于淡化线上外语学习的困难, 并积极地使用学习策略

进行应对；而心理弹性水平较低的学生更多地强调线上学习的压力，并认为线上课程很容易令人紧张、失去耐心甚至无所适从。

表 1 各变量的描述性统计及相关结果(n=97)

	均值	标准偏差	学习策略	心理弹性
学习策略	203.021	28.898	1.000	
心理弹性	87.078	12.865	0.399***	1.000

注：* $P<0.05$ ，** $P<0.01$ ，*** $P<0.001$ 。

(二) 调节效应检验

使用基于虚拟编码的分层回归法探究不同的线上教学模式对心理弹性和学习策略使用关系的调节作用。第一步，对分类的调节变量 M 教

学模式进行虚拟编码：0=参照组(线上直播讲授模式组)，1=比较组(线上原位翻转模式组)；第二步，对因变量 Y 学习策略和自变量 X 心理弹性进行标准化处理，处理后的变量分别记作 Z_y 和 Z_x ；第三步，计算交互作用项，将 Z_x 与 M 相乘，记作 Z_xM ；第四步，以 Z_y 为因变量， Z_x 、 M 和 Z_xM 为自变量进行回归分析，此时得到的非标准化结果就是正确的标准化系数；第五步，将线上原位翻转模式组作为参照组，即在教学模式变量上，将线上原位翻转组编码为 0，线上直播讲授组编码为 1，进行进一步简单斜率检验；第六步，根据虚拟编码后的回归系数画出不同教学模式下心理弹性对外语学习策略使用的回归线。

表 2 R^2 估计结果(虚拟编码)

模型	R	R^2	调整后 R^2	标准误	更改统计				
					ΔR^2	ΔF	自由度 1	自由度 2	显著性
1	0.598 ^a	0.357	0.344	0.810	0.357	25.866	2	93	0.000
2	0.677 ^b	0.458	0.440	0.748	0.101	17.088	1	92	0.000

注：a. 预测变量：常量，教学模式，心理弹性(标准化)。

b. 预测变量：常量，教学模式，心理弹性(标准化)，教学模式 $\times$ 心理弹性(标准化)。

表 3 虚拟编码后线上直播讲授模式组作为参照组的回归系数估计结果(标准化解)

模型		非标准化系数		标准化系数		t	显著性
		B	标准误	$Beta$			
1	(常量)	-0.482	0.122			-3.946	0.000
	Zscore: 心理弹性	0.398	0.083	0.398		4.786	0.000
	教学模式	0.890	0.166	0.446		5.362	0.000
2	(常量)	-0.483	0.113			-4.279	0.000
	Zscore: 心理弹性	0.080	0.109	0.080		0.736	0.464
	教学模式	0.890	0.153	0.446		5.807	0.000
	心理弹性 $\times$ 教学模式	0.635	0.153	0.449		4.134	0.000

注：因变量：学习策略(标准化)。

表 4 虚拟编码后线上原位翻转模式组作为参照组的回归系数估计结果(标准化解)

模型		非标准化系数		标准化系数		t	显著性
		B	标准误	$Beta$			
1	(常量)	0.408	0.112			3.630	0.000
	心理弹性	0.398	0.083	0.398		4.786	0.000
	教学模式_N	-0.890	0.166	-0.446		-5.362	0.000
2	(常量)	0.407	0.104			3.927	0.000
	Zscore: 心理弹性	0.714	0.108	0.714		6.589	0.000
	教学模式_N	-0.890	0.153	-0.446		-5.807	0.000
	心理弹性 $\times$ 教学模式_N	-0.635	0.153	-0.448		-4.134	0.000

注：因变量：学习策略(标准化)。

加入调节项前后, R^2 的结果如表 2 所示。加入调节项前, 预测变量包括常量、教学模式和心理弹性; 加入调节项后, 预测变量包括常量、教学模式、心理弹性(标准化)、教学模式 $\times$ 心理弹性。表 3 和表 4 显示的是虚拟编码后线上直播讲授模式组和线上原位翻转模式组分别作为参照组的回归系数估计结果, 两表中的因变量均为标准化后的学习策略使用得分。虚拟编码后线上直播讲授模式组作为参照组的回归系数结果如表 3 所示, 不同线上教学模式对心理弹性与外语学习策略使用之间的关系有显著的调节作用(自变量心理弹性与调节变量教学模式乘积项的非标准化系数 $B=0.635$, $p=0.000$)。在线上直播讲授教学模式下, 心理弹性水平不能显著预测策略使用水平($B=0.080$, $p=0.464$)。进一步的简单斜率检验表明(详见表 4), 在线上原位翻转教学模式下, 心理弹性水平对学习策略使用有显著的正向预测作用($B=0.714$, $p=0.000$)。根据表 3 和表 4 中的回归系数和常数项, 画出不同线上教学模式心理弹性与外语学习策略使用水平之间的关系示意图(详见图 1), 即可直观地看到教学模式的调节效应。

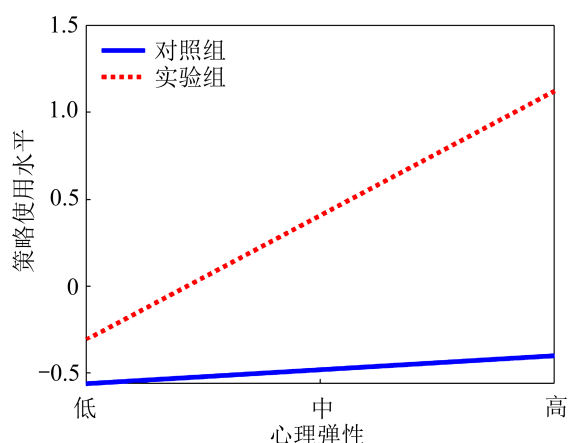


图1 不同线上教学模式心理弹性与外语学习策略使用水平的关系示意图(标准化解)

(三) 效应量

虽然调节项(即变量乘积项)的标准化回归系数本身就是一种效应量, 但是还不够完美。 f^2 是评估调节效应量更精准的重要指标^[25], 具体指调节效应对因变量方差解释与没有解释的变异的

比值。本研究采用 f^2 评估效应量, 其计算公式是:

$$f^2 = \frac{R_{Y \cdot AI}^2 - R_{Y \cdot A}^2}{1 - R_{Y \cdot AI}^2} \quad (1)$$

$R_{Y \cdot AI}^2$ 表示同时包含主效应和交互效应的模型对因变量变异的解释率, $R_{Y \cdot A}^2$ 是指包含主效应但不含要考查的交互效应的模型对因变量变异的解释率。

在本研究中, 加入调节项后, R^2 的结果如表 2 所示。因此, $f^2 = \frac{R_{Y \cdot AI}^2 - R_{Y \cdot A}^2}{1 - R_{Y \cdot AI}^2} = 0.186$ 。根据 Cohen^[26] 的标准, 调节项的效应量 f^2 为 0.186 是一个中等效应量($f^2=0.02$ 为小效应量, $f^2=0.15$ 为中等效应量, $f^2=0.26$ 为大效应量)。

五、讨论

本研究相关分析表明, 线上学习环境下, 心理弹性与外语学习策略使用相关, 即心理弹性水平越高的学习者越善于使用外语学习策略开展学习。更重要的是, 线上教学模式在心理弹性与学习策略使用的关系中起到显著的调节作用: 线上直播讲授教学模式下, 外语学习者的心理弹性水平无法预测学习策略的使用情况, 但在线上原位翻转教学模式下, 学习者的心理弹性水平越高, 越可以更好地使用外语学习策略。

相关分析的结果与教育领域中心理弹性与各种策略使用的研究结果一致, 策略使用与心理弹性显著正相关, 心理弹性越好的学生, 会更更多地使用策略^[15-17]。该研究结果与心理学领域对心理弹性相关的研究结论也保持一致: 在面对复杂情境时, 心理弹性水平较高的学生能更积极地认知和有效地应对^[27]。

本研究调节效应的发生机理提示, 只有在云端翻转课堂, 心理弹性对学习策略的正向影响才会被激发出来。这也意味着心理弹性较好的外语学习者可能更适合线上原位翻转模式。个体心理弹性越好, 对困境或是逆境的适应性越强, 学习策略的应用会更全面、更深刻, 从而提升外语学习成效^[28]。

调节效应的发生机理还提示, 在线上原位翻转教学模式更需要教师帮助学生维持较高的心理弹性水平。有研究表明, COVID-19 控制期间学生心理弹性有所降低^[29], 因此我们推测, 疫

情期间大规模线上外语学习也有可能致外语学习者的心理弹性下降,至少维持原有的心理弹性困难指数提升。尤其是线上原位翻转教学模式下,对学生课前自主学习、课中师生互动和生生互动的要求比线上直播讲授课堂的要求更高,课堂挑战性增强,如果课前没有做好充足的准备,外语学习者的压力值会相应提升。而当学业压力水平升高时,心理弹性水平就会降低^[11]。

还有一些研究发现,心理弹性在压力与焦虑症状之间具有中介作用^[5]。具体来说,心理弹性会随着压力的上升而降低,并进一步提升焦虑指数。而焦虑对外语学习成效会产生更为直接的影响,具体到我国外语学习者,外语学习焦虑水平与学习成效呈现出中等程度的负相关关系^[30]。因此,对于开展线上原位翻转教学的外语教师来说,除了做好教学设计,还要时刻关注该模式下可能会出现学生心理弹性下降并进一步导致学生焦虑水平升高的潜在风险。

为此,在了解了心理弹性对外语学习策略使用的影响以及线上不同教学模式的调节效应之后,我们不仅需要帮助学生维持较高的心理弹性水平,还要探寻提升外语学习者心理弹性水平的路径,尤其是提升线上原位翻转教学模式中心理弹性水平的途径。

已有研究表明,提高对学习者的社会支持水平以及学生对支持的利用度、降低压力、提高正念水平、提升学习者情绪调节水平都是提升心理弹性水平的有效途径。

首先,心理弹性除了和人格特质相关外,还与社会支持密切相关^[31]。虽然人格特质是稳定的,尤其难以在短时期内发生变化,但是教师可以提升对外语学习者的社会支持力度并引导学生合理利用社会支持,因为社会支持以及对支持的利用度都会对心理弹性产生正向影响^[32-33]。

其次,心理弹性还会受到压力影响^[5]。压力升高,心理弹性降低;压力降低,心理弹性升高。因此,合理调节学生压力水平,创造良好学习氛围,也是提升心理弹性的有效途径。

除此之外,正念对心理弹性也有预测作用^[34],它还会通过心理弹性作用于幸福感^[35]。因此,外语教师还可以适当对学生进行正念训练。

已有研究表明,该训练确实可以有效提升心理弹性水平^[36]。

具体到大学生,其心理弹性还与情绪宣泄调节相关^[27],认知情绪调节也对心理弹性有预测作用^[37]。因此,帮助外语学习者尤其是线上原位翻转课堂教学模式下的学习者科学地进行情绪调节与宣泄,也是提升学习者心理弹性和提高外语线上课程质量的有效途径。

六、结语

本研究发现,在 COVID-19 控制期间,在线上教学环境下,心理弹性与外语学习策略使用之间呈现显著相关,心理弹性水平可以正向预测学习者使用外语学习策略的情况。线上教学模式在心理弹性与外语学习策略使用的关系中起调节作用:线上直播讲授教学模式下,外语学习者的心理弹性水平对学习策略的使用情况没有显著影响;线上原位翻转教学模式下,学习者的心理弹性水平对外语学习策略使用产生正向影响。因此,要做好线上外语教学,尤其是线上原位翻转教学,需要提高对学习者的社会支持水平、合理降低学习者压力、提高学习者正念水平和情绪调节水平,进而提升学习者的心理弹性,推动学习策略的高效使用,最终提升外语学习成效。

心理弹性研究能够有力推进二语习得个体差异的研究,提升外语学习者应对困境的能力,为提高外语学习成效和推动线上外语学习策略使用提供有益的参考。但本研究也还存在一些不足,样本量相对较小,未来的研究可继续扩大样本量,并进一步开展外语教学模式与心理弹性变化之间的关系研究。

参考文献:

- [1] TUGADE M M, FREDRICKSON B L. Resilient individuals use positive emotions to bounce back from negative emotional experiences[J]. *Journal of Personality and Social Psychology*, 2004(2): 320-333.
- [2] 胡月琴, 甘怡群. 青少年心理韧性量表的编制和效度验证[J]. *心理学报*, 2008(8): 902-912.
- [3] 刘宏刚. 学习者学业浮力: 二语习得个体差异研究的新议题[J]. *山东外语教学*, 2022(1): 47-55.
- [4] COHEN A D. Strategies in learning and using a second

- language[M]. London: Longman, 1998.
- [5] 徐景彩, 陈亮, 樊荣. 后疫情时期医学生心理弹性在压力与焦虑症状关系中的中介作用[J]. 环境与职业医学, 2021(8): 853-859.
- [6] 舒雅聪, 杨佳, 杨少云, 等. COVID-19 控制期间社会支持对大学生焦虑的影响: 自尊和心理弹性的链式中介作用[J]. 中国临床心理学杂志, 2021(6): 1333-1336, 1342.
- [7] 顾元元. 外语学习焦虑与语言学习策略使用的相关性研究[D]. 南京: 南京师范大学, 2007.
- [8] 樊友红. 外语学习焦虑, 语言学习策略的使用及外语成绩关系的研究[D]. 武汉: 华中师范大学, 2007.
- [9] 邹妍影. 外语焦虑、语言学习策略的使用及外语成绩关系的研究[D]. 广州: 华南师范大学, 2003.
- [10] 熊苏春. 基于网络环境的大学生语言学习焦虑与学习策略使用之关系研究[J]. 外语电化教学, 2012(6): 66-71.
- [11] 杨浚哲. 新课改背景下新疆中学生学业压力、心理弹性和学习倦怠的关系研究[D]. 喀什: 喀什大学, 2022.
- [12] 张阔, 张雯惠, 杨珂, 等. 企业管理者心理弹性、积极情绪与工作倦怠的关系[J]. 心理学探新, 2015(1): 45-49.
- [13] 王敬欣, 张阔, 付立菲. 大学生专业适应性、学习倦怠与学习策略的关系[J]. 心理与行为研究, 2010(2): 126-132.
- [14] 陈晴, 陈坚. 心理学视角下外语学习动机与学习倦怠和学习策略的关系研究——以远程公共英语学生为例[J]. 宁德师范学院学报(哲学社会科学版), 2016(3): 82-85, 89.
- [15] 徐朝飞. 心理弹性对中学生考试焦虑的影响: 情绪调节策略的中介作用[D]. 扬州: 扬州大学, 2018.
- [16] 张晶, 李明霞, 张曼, 等. 中学生心理弹性与新冠疫情下的师生关系: 认知重评策略的中介作用[J]. 中国特殊教育, 2020(6): 82-88.
- [17] 凌莹, 陈红, JACKSON T. 疼痛心理弹性对疼痛应对策略与适应能力的影响[J]. 中国疼痛医学杂志, 2021(6): 449-454.
- [18] 秦丽莉, 赵永青, 欧阳西贝, 等. 云端翻转课堂中英语学习者能动性发展研究——社会文化理论视角[J]. 现代外语, 2022(3): 381-393.
- [19] 许文胜, 吕培明. 云端翻转课堂模式下的口译教学探索[J]. 中国外语教育, 2015(4): 39-45, 106.
- [20] CONNOR K M, DAVIDSON R T. Development of a new resilience scale: The Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC)[J]. Depression and Anxiety, 2003(2): 76-82.
- [21] YU X N, ZHANG J X. Factor analysis and psychometric evaluation of the Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC) with Chinese people[J]. Social Behavior and Personality, 2007(1): 19-30.
- [22] 熊苏春. 在网络环境下大学生语言学习焦虑与学习策略使用之关系研究[D]. 上海: 上海外国语大学, 2011.
- [23] 温忠麟, 刘红云. 中介效应和调节效应方法及应用[M]. 北京: 教育科学出版社, 2020.
- [24] 刘红云. 高级心理统计[M]. 北京: 中国人民大学出版社, 2019.
- [25] AIKEN L S, WEST S G. Multiple regression: Testing and interpreting interactions[M]. Thousand Oaks, CA: Sage Publications, Inc, 1991.
- [26] COHEN J. Statistical power analysis for the behavioral sciences[M]. 2nd ed. New York, NY: Erlbaum, 1988.
- [27] 张佳佳, 李敏, 彭李, 等. 大学生心理弹性与人格特征、情绪调节方式及中性情绪面孔知觉的关系[J]. 中国临床心理学杂志, 2011(3): 347-349.
- [28] 赵琳琳. 大学英语学习策略与学习效果关系: 学习动机的调节效应[J]. 现代远程教育, 2021(2): 26-34.
- [29] 樊盼玉, 尚亚辉, 朱博, 等. 新型冠状病毒肺炎疫情防控常态化下医学生孤独感、学习倦怠与心理弹性[J]. 中国健康心理学杂志, 2021(8): 1230-1235.
- [30] 董连棋. 中国英语学习者外语焦虑与学业成绩的关系: 基于元分析的论证[J]. 外语界, 2021(1): 54-61.
- [31] 王燕秋, 张佳佳, 任景敏, 等. 大学生心理弹性及其影响因素分析[J]. 第三军医大学学报, 2010(7): 684-687.
- [32] DENNY S, FLEMING T, WATSON P. Risk and resilience factors for depression among high school students in New Zealand[J]. Journal of Adolescent Health, 2004(2): 115.
- [33] 孙仕秀, 关影红, 覃滢云, 等. 青少年社会支持与情绪行为问题的关系: 心理弹性的中介与调节作用[J]. 中国临床心理学杂志, 2013(1): 114-118.
- [34] SENDERS A, BOURDETTE D, HANES D, et al. Perceived stress in multiple sclerosis: The potential role of mindfulness in health and well-being[J]. Journal of Evidence-Based Complementary and Alternative Medicine,

- 2014(2): 104–111.
- [35] 刘斯漫, 刘柯廷, 李田田, 等. 大学生正念对主观幸福感的影响: 情绪调节及心理弹性的中介作用[J]. 心理科学, 2015(4): 889–895.
- [36] ZENNER C, HERRNLEBEN-KURZ S, WALACH H. Mindfulness-based interventions in schools—A systematic review and meta-analysis[J]. *Frontiers in Psychology*, 2014(5): 603.
- [37] 唐海波, 周敏. 大学生生活事件、认知情绪调节与心理弹性的关系[J]. 中国健康心理学杂志, 2014(3): 441–443.

The effect of resilience on the use of foreign language learning strategies: Moderating role of online teaching environment

LIU Qian

(School of Foreign Languages, Central South University, Changsha 410083, China)

Abstract: This study adopts flipped and traditional online teaching to explore the relationship between the learners' resilience and the use of foreign language learning strategies as well as the moderating role of the online teaching environment. The results show that the better the learners' resilience is, the better the use of foreign language learning strategies. This effect is regulated by the teaching environment: in the flipped online teaching environment, the degree of learners' resilience can positively predict the frequency of using foreign language learning strategies; while in the traditional online teaching environment, the same relation does not exist. This finding suggests the critical role of the online teaching environment in the influence of resilience on the use of foreign language learning strategies, thus providing a scientific basis for the personalized selection of teaching modes.

Key Words: resilience; foreign language learning strategies; teaching environment; flipped online teaching; traditional online teaching

[编辑: 何彩章]