

汉语作为第二语言学习的心理障碍及策略研究

张玺

西安外国语大学，陕西西安，710119；

摘要：本文深入剖析汉语作为第二语言学习时非母语学习者常面临的心理障碍，如焦虑、自卑、畏难等，并细致探究其成因，涵盖自身与外部因素。同时，针对性地提出一系列应对策略，旨在助力学习者提升学习效果，增强学习信心。

关键字：汉语二语；心理障碍；应对策略；学习效果

DOI：10.64216/3080-1494.25.08.043

1 引言

1.1 研究背景

随着中国经济的迅猛发展，综合国力的显著增强，国际地位的不断提升，中国与世界各国在政治、经济、文化、教育等领域的交流合作不断拓展和深化。胡文仲（1999）提出无论是出于商务往来、学术研究、文化探索，还是个人兴趣等目的，越来越多的非母语学习者渴望掌握汉语，以更好地融入这一全球化的交流大潮。同时，程裕祯（2011）也曾说道，汉语作为世界上使用人数最多的语言之一，承载着丰富的中国文化和智慧，正以其独特的魅力吸引着全球的目光。

汉语作为一种具有独特语法结构、丰富词汇体系和复杂书写系统的语言，对于非母语学习者来说，学习过程中充满了挑战。朱勇（2013）研究发现与印欧语系等其他语言相比，汉语在语音、词汇、语法、汉字等方面都具有显著的特点。在这样的学习环境和语言特点的双重作用下，非母语学习者在学习汉语的过程中不可避免地会遇到各种困难和挫折，从而产生一系列的心理障碍。这些心理障碍不仅会影响学习者的学习积极性和学习效果，还可能导致他们中途放弃学习。因此，深入研究非母语学习者在汉语学习过程中可能遇到的心理障碍，并提出有效的应对策略，具有重要的现实意义。

1.2 目的和意义

1.2.1 研究目的

本研究旨在全面、深入地探究非母语学习者在学习汉语过程中所面临的心理障碍。通过对大量学习者的观察、调查和分析，准确识别和归类这些心理障碍，如焦虑、自卑、畏难等，并揭示其具体表现和影响程度。同时，深入剖析这些心理障碍产生的内在和外在原因，从学习者自身的因素（如学习动机、学习方法、性格特点

等）到外部环境的因素（如教学方法、教材内容、学习氛围等）进行全方位的考量。在此基础上，提出具有针对性和可操作性的应对策略，以帮助学习者克服心理障碍，提高汉语学习的效率和质量。

1.2.2 研究意义

（1）理论意义

本研究有助于丰富和完善汉语作为第二语言学习的理论体系。通过对心理障碍的研究，可以进一步拓展和深化我们对汉语学习过程的认识，为汉语教学法、学习策略等方面的理论研究提供新的视角和实证依据。同时，有助于揭示语言学习与心理因素之间的内在联系，推动跨学科研究的发展，促进心理学、语言学等相关学科的交叉融合。

（2）实践意义

帮助非母语学习者更好地认识自己在学习汉语过程中可能出现的心理问题，提高自我调节和应对能力。为学习者提供有效的学习策略和心理调适方法，增强他们的学习信心和积极性，从而提高学习效果，实现学习目标。为汉语教师提供更加全面和深入的了解学生心理状态的依据，有助于教师优化教学方法和策略，因材施教，提高教学质量。

2 心理障碍类型

2.1 焦虑心理

焦虑心理是汉语学习者在学习过程中常见的一种心理障碍。由于对汉语知识的掌握不够熟练，担心在课堂上表现不佳、考试成绩不理想或者在实际交流中出现错误，学习者容易产生焦虑情绪。这种焦虑情绪会影响学习者的注意力、思维能力和记忆能力，从而降低学习效率。焦虑心理在汉语学习中表现得较为突出。例如，来自俄罗斯的娜塔莎在参加汉语口语考试时，心跳加速、手心出汗，脑海中一片混乱。她过度担忧自己的发音不

准确、语法错误会导致考试失败,结果越是紧张越容易出错,最终成绩不尽人意。考试时,“差遣”(chaiqian)这个词,由于她的过度担心和焦虑在题目一出现的时候,她就读成了(chaqian)。此后,每次进行口语练习,她都会想起这次失败的经历,从而产生更严重的焦虑情绪,形成了恶性循环。

2.2 自卑心理

一些汉语学习者由于自身语言基础薄弱、学习方法不当或者与其他学习者相比存在差距,容易产生自卑心理。他们往往对自己的学习能力缺乏信心,认为自己无法学好汉语,从而在学习中表现出消极的态度。自卑心理会严重削弱学习者的学习积极性。以乌兹别克斯坦的学习者胜利为例,他在汉语写作课上,发现自己的作文总是存在较多的语法错误和词汇运用不当的问题,比如说他在作文中写道,星期天是可以放松的一天,而由于词汇运用不当,他写成了星期天是可以松散的一天。而其他同学的作品却相对优秀。多次受到老师的批评后,胜利开始认为自己在语言学习方面天赋不足,逐渐产生了自卑心理。在后续的写作练习中,他变得消极应付,不再认真思考和努力改进。

2.3 畏惧心理

畏惧心理也是汉语学习者常有的心理障碍之一。汉语的语法结构、汉字书写和发音等方面都具有一定的复杂性和难度,对于非母语学习者来说,学习起来具有较大的挑战。当学习者在学习过程中遇到困难,多次尝试仍无法解决时,容易产生畏惧心理,从而失去学习的信心和动力。来自塔吉克斯坦的学习者奥马在学习汉语声调时,觉得四个声调的发音规则十分复杂,难以准确把握。经过多次尝试仍然无法达到理想的发音效果后,恰巧在这个时候老师在课堂上提问了他,让他读出 ta 的四种声调,并用每个商店里面的一个字进行组词,但由于他的害怕最终组词组错了,他读成了 tǎ,三声,然后组词组成了 tǎren,顿时他受到了全班同学的嘲笑。他对声调学习产生了强烈的畏惧情绪,甚至产生了放弃学习声调的念头。这种畏惧心理不仅影响了他声调的学习,还波及到后续的词汇和句子学习,因为准确的声调对于理解和表达汉语至关重要。

3 成因分析

3.1 自身因素

3.1.1 学习动机不明确

部分学习者学习汉语的动机较为模糊和不稳定。例

如,法国的学习者美莲最初因为对中国功夫感兴趣而决定学习汉语,希望能够看懂功夫电影和与中国武术师傅交流。然而,随着学习的深入,她发现汉语学习的内容与她最初的期望有很大差距,功夫相关的内容很少,导致她的学习动机逐渐减弱。由于缺乏明确而持久的学习动机,美莲在遇到语法和词汇等较为枯燥的学习内容时,很快就失去了学习的热情和耐心。

3.1.2 学习方法不当

一些学习者没有根据汉语的特点选择合适的学习方法。比如,来自日本的学习者有香习惯用学习拉丁语的方法来学习汉语,过于注重语法规则的死记硬背,而忽视了实际的语言运用。这导致她在口语和听力方面表现不佳,虽然能记住很多语法规则,但在实际交流中无法迅速做出反应,理解和表达都存在困难。

3.1.3 性格内向

性格内向的学习者在学习过程中往往不敢主动与人交流,容易陷入自我封闭的状态。例如,来自罗马尼亚的思宁性格十分内向,在汉语课堂上几乎从不主动发言。即使在小组活动中,他也只是默默地听别人讨论,很少表达自己的观点。由于缺乏足够的口语练习机会,詹姆斯的口语水平一直难以提高,这进一步加剧了他的自卑和焦虑情绪。

3.2 外部因素

3.2.1 教学方法不恰当

教师的教学方法如果不能因材施教,可能会让学习者感到困惑和无助。比如,有的教师在讲解汉语的量词时,只是简单地列举了一些常见的量词搭配,没有深入解释量词使用的规律和背后的文化内涵。这使得学习者在面对新的语境时,无法准确选择合适的量词,从而产生挫败感。

3.2.2 教材内容不合理

教材内容如果不符合学习者的实际水平和兴趣,会降低学习的积极性。如果教材在初级阶段就引入了大量的文言文内容,那对于刚刚接触汉语的学习者来说,这些古老的文字和复杂的语法结构就过于艰深,难以理解和掌握,这就很容易让学习者感到望而生畏。

3.2.3 学习环境不佳

学习环境对学习者的心理状态有着重要影响。比如,在一个汉语学习班级中,如果教师过于强调竞争,经常进行成绩排名,会给学习者带来巨大的心理压力。此外,如果学校没有提供充足的汉语学习资源,如图书、多媒体设备、语言交流活动等,也会让学习者感到学习条件受限,影响学习效果。

4 应对策略

4.1 帮助学习者树立正确的学习观念

4.1.1 明确学习目标

教师应与学习者进行深入的交流,帮助他们根据自身的兴趣、职业规划和实际需求制定个性化的学习目标。例如,如果学习者的目标是在中国旅游时能够自如地交流,那么学习重点可以放在日常用语和实用句型上;如果是为了从事商务工作,就需要侧重商务词汇和礼仪用语的学习。通过明确具体的目标,学习者能够更有方向地进行学习,减少迷茫和焦虑。

4.1.2 培养学习兴趣

教师可以通过多种方式激发学习者对汉语的兴趣。比如,定期组织汉语文化体验活动,如中国传统节日庆祝、书法绘画展览、美食制作等,让学习者在亲身参与中感受汉语文化的魅力。此外,推荐优秀的汉语影视作品、文学作品、音乐等,让学习者在娱乐中提高汉语水平,增强学习的主动性。

4.2 指导学习者掌握科学的学习方法

4.2.1 记忆方法

根据汉语的特点,教导学习者运用多种记忆技巧。例如,对于汉字的记忆,可以采用部件记忆法,将复杂的汉字分解为熟悉的部件进行记忆;对于词汇,可以通过联想记忆法,将新学的词汇与已知的事物或场景联系起来。同时,利用艾宾浩斯遗忘曲线的规律,合理安排复习时间,加强记忆效果。

4.2.2 练习方法

鼓励学习者积极参与各种形式的练习活动。比如,吴中伟(2015)就曾建议学生可以参加汉语角与母语者进行交流,提高口语表达能力;利用在线语言学习平台进行听力和阅读练习,拓宽语言输入渠道;通过写作博客或日记的方式,锻炼汉语写作能力。并且,教导学习者在练习中学会自我纠错和反思,不断改进学习方法。

4.3 优化教学方法和手段

4.3.1 情景教学

赵金铭(2018)提出可以创设丰富多样的教学情景,增强学习的趣味性和实用性。比如,在教授购物相关的汉语表达时,可以将教室布置成一个小商店,让学习者分别扮演顾客和售货员进行模拟交易;在讲解交通出行的内容时,可以让学习者根据给定的路线图用汉语描述行程。通过这种身临其境的学习方式,学习者能够更好地理解和运用所学知识。

4.3.2 多媒体教学

充分利用多媒体资源丰富教学内容。例如,使用动画演示汉字的演变过程,帮助学习者理解汉字的构造和含义;播放有趣的汉语教学视频,讲解语法知识和语言点;利用语音识别软件,及时纠正学习者的发音错误。

4.4 改善学习环境

4.4.1 营造轻松和谐的课堂氛围

教师要尊重每个学习者的个性和差异,鼓励他们积极表达自己的想法和观点。采用小组合作学习的方式,促进学习者之间的互动和交流,培养团队合作精神。例如,在课堂上组织小组讨论、角色扮演等活动,让学习者在轻松愉快的氛围中学习汉语,增强自信心。

4.4.2 加强学校的支持和服务

学校应加大对汉语教学的投入,完善教学设施和资源。建立专门的汉语学习中心,提供丰富的汉语书籍、杂志、音像资料等。同时,邀请汉语专家和学者举办讲座和培训,提升教师的教学水平和专业素养。此外,积极开展国际交流合作项目,为学习者提供更多与汉语母语者交流和实践的机会。

5 结论

汉语作为第二语言的学习是一个充满挑战的过程,心理障碍的存在不可忽视。通过深入研究这些障碍的类型、成因,并采取有针对性的应对策略,我们能够为非母语学习者创造一个更加有利的学习环境,帮助他们克服困难,实现学习目标。学习者自身要不断调整心态,积极探索适合自己的学习方法;教师要不断创新教学理念和方法,满足学习者的需求;学校和社会要提供更多的支持和资源,共同推动汉语国际教育事业的发展。相信在各方的共同努力下,越来越多的非母语学习者能够顺利跨越心理障碍,享受汉语学习的乐趣,为促进跨文化交流和理解贡献力量。

参考文献

- [1] 胡文仲. 跨文化交际学概论[M]. 外语教学与研究出版社, 1999. 35-37
- [2] 程裕祯. 中国文化要略[M]. 外语教学与研究出版社, 2011. 22-25
- [3] 朱勇. 国际汉语教学案例与分析[M]. 高等教育出版社, 2013. 85-88
- [4] 吴中伟. 汉语作为第二语言的教学法研究[M]. 北京大学出版社, 2015. 67-68
- [5] 赵金铭. 对外汉语教学概论[M]. 商务印书馆, 2018. 52-54