

Anna Szuchalska

Uniwersytet w Białymstoku
e-mail: a.szuchalska@uwb.edu.pl
ORCID: 0000-0003-2358-0696

LĘK JĘZYKOWY JAKO ASPEKT KOMUNIKACJI USTNEJ W JĘZYKU ANGIELSKIM WŚRÓD STUDENTÓW FILOLOGII

ABSTRAKT

W artykule podjęto próbę opisu zjawiska lęku językowego w kontekście komunikacji ustnej wśród 87 studentów kierunków filologicznych na Wydziale Filologicznym Uniwersytetu w Białymstoku. Głównym celem badania była analiza korelacji między pewnością siebie a lękiem językowym oraz między ego językowym a lękiem językowym. Jako narzędzie badania zastosowano ankietę składającą się z 27 pytań zawierających stwierdzenia w skali Likerta. Analiza korelacji została przeprowadzona przy użyciu metody Pearsona, z uwzględnieniem normalności rozkładów analizowanych wskaźników. Wyniki analizy wykazały istotną ujemną korelację między ogólną pewnością siebie a lękiem językowym ($p = 0,010$) oraz istotną ujemną korelację między ego językowym a lękiem językowym ($p < 0,001$).

Słowa kluczowe: lęk językowy, komunikacja ustna, studia filologiczne, ankieta, korelacja ujemna

ABSTRACT

LANGUAGE ANXIETY AS AN ASPECT OF ORAL COMMUNICATION IN ENGLISH AMONG PHILOLOGY STUDENTS

The article attempts to describe the phenomenon of language anxiety in the context of oral communication among 87 students of philological faculties at the Faculty of Philology of the University of Białystok. The main aim of the study was to investigate the correlation between self-confidence and language anxiety, and between language ego and language anxiety. The research tool used was a survey consisting of 27 questions containing statements on a Likert scale. The correlation analysis was performed using the

Pearson method, taking into account the normality of the distributions of the analyzed indicators. The results of the analysis showed a significant negative correlation between general self-confidence and language anxiety ($p = 0.010$), and a significant negative correlation between language ego and language anxiety ($p < 0.001$).

Keywords: language anxiety, oral communication, philological studies, survey, negative correlation

1. Wprowadzenie

Nauka pierwszego języka obcego w warunkach zinstytucjonalizowanych rozpoczyna się w Polsce już na etapie edukacji przedszkolnej, kontynuowana jest w szkole podstawowej i ponadpodstawowej, a często również na poziomie uniwersyteckim. Podczas gdy na pierwszym etapie edukacyjnym zajęcia prowadzone są w formie gier i zabaw, starsze dzieci i młodzież nierzadko mierzą się z sytuacją, w której nauka języka obcego to w rzeczywistości nabywanie umiejętności *sensu stricto* egzaminacyjnych, a nie uczenie się czy używanie języka docelowego. W miejsce dziecinnej fascynacji pojawia się więc niekiedy niechęć, demotywacja, czy wreszcie obawa.

Niniejszy artykuł wpisuje się w kontekst badań poświęconych istnieniu zjawiska lęku językowego. Zjawisko to analizuję przede wszystkim w kontekście kształcenia filologicznego i w obszarze komunikacji ustnej. W opracowaniu przedstawiam wyniki badań ankietowych dotyczących korelacji pomiędzy ogólną pewnością siebie i lękiem językowym oraz pomiędzy ego językowym a lękiem językowym. Dodatkowo omawiam rozkład odpowiedzi na pytania kwestionariusza odnoszące się do lęku językowego.

2. Lęk językowy jako aspekt komunikacji ustnej wśród studentów filologii

2.1. Sylwetka studenta filologii

Na stronie internetowej Internetowego Systemu Rekrutacji Uniwersytetu w Białymstoku¹ można znaleźć następujący opis kwalifikacji absolwenta 3-letnich studiów licencjackich na kierunku filologia angielska:

¹ Internetowa Rejestracja Kandydatów, [online], https://irk.uwb.edu.pl/pl/offer/PELNE2024/programme/Fil_Ang_S1_KRK/?from=field:FilAng [dostęp: 10.11.2024].

Absolwent posiada podstawową wiedzę o języku, literaturze i kulturze z zakresu wybranego języka oraz umiejętności wykorzystania jej w pracy zawodowej i życiu z zachowaniem zasad etycznych. Legitymuje się zblizoną do rodzimej znajomością języka angielskiego na poziomie biegłości C1 *Europejskiego systemu opisu kształcenia językowego* Rady Europy oraz potrafi posługiwać się językiem specjalistycznym niezbędnym do wykonywania zawodu. Posiada interdyscyplinarne kompetencje pozwalające na wykorzystanie wiedzy o języku i jego znajomości w różnorodnych dziedzinach nauki i życia społecznego. Absolwent potrafi rozwiązywać problemy zawodowe, gromadzić, przetwarzać oraz przekazywać (pisemnie i ustnie) informacje, a także uczestniczyć w pracy zespołowej

Aby zdobyć wiedzę, kompetencje i umiejętności, wskazane w dokumencie, student musi odbyć 1970 godzin zajęć podzielonych na bloki. Są to m.in. zajęcia w ramach praktycznej nauki języka angielskiego, blok językoznawczy, blok literaturo-kulturoznawczy, blok językoznawstwa stosowanego, przedmioty fakultatywne oraz uzupełniające, a także praktyki zawodowe. *Gros* z powyższych zajęć odbywa się w języku angielskim, co oznacza, iż „na filologii obcej język drugi jest nie tylko celem kształcenia, lecz także narzędziem komunikacji podczas wykładów, konwersatoriów i seminariów oraz narzędziem ewaluacji zarówno wiedzy merytorycznej, jak i wiedzy językowej (tj. poziomu kompetencji językowej i komunikacyjnej)”².

Taka organizacja programu studiów, choć całkowicie naturalna w przypadku studiów filologicznych, może potencjalnie wywołać, i w wielu przypadkach (jak potwierdzają badania)³ wywołuje, lęk językowy. Każdy kolejny semestr to dla studentów nie tylko wyzwanie w sferze kognitywnej, ale również językowej i komunikacyjnej, ponieważ

od SJO [studenta języków obcych – dopisek autorki] oczekuje się, by używał języka, którym nie w pełni biegle włada, do poznawania nowych treści, wyrażania ich i komunikowania się, a jednocześnie, by traktował wszystkie sytuacje wymagające użycia języka obcego (JO) jako okazję do rozwijania kompetencji językowej i komunikacyjnej⁴.

2.2. Źródła i objawy lęku językowego

*Słownik psychologii*⁵ definiuje lęk jako „niejasny, nieprzyjemny stan emocjonalny, charakteryzujący się przeżywaniem obaw, strachu, stresu i przykrości. Lęk jest

² M. Blachowska-Szmigiel, *Mindfulness. Jak oswoić lęk językowy studentów języków obcych i zachęcić ich do uważnego życia*, „Acta Neophilologica” 2021, XXIII (2), s. 106.

³ Zob. np. I. Bawej, *Zjawisko lęku językowego w procesie nauki języka niemieckiego*, „Neofilolog” 2017, 49 (2), s. 235–255; S. Łuszczynska, *Impact de l’anxiété sur l’apprentissage des langues*. „Studia Neofilologiczne” 2017, 13, s. 129–146; M. Blachowska-Szmigiel, *Mindfulness. Jak oswoić...*, s. 103–114.

⁴ Ibidem, s. 106.

⁵ A. Reber, *Słownik psychologii*, Warszawa 2000, s. 28.

często przeciwstawiany strachowi ze względu na to, że (zazwyczaj, jak mówią niektórzy, bądź zawsze, jak utrzymują inni) lęk jest stanem pozbawionym obiektu, natomiast strach jest zawsze strachem przed czymś, kimś lub jakimś zdarzeniem". Lęk może być odczuwany z różnorodnych powodów, dlatego też wyróżnia się lęk społeczny oraz lęk powstały z innych przyczyn niż społeczne. Lęk społeczny powstaje u ludzi zarówno w sytuacjach społecznych, jak i na samą myśl o nich. Izabela Bawej⁶, cytując innych badaczy, pisze o czterech aspektach lęku społecznego: poznawczym, somatycznym, behawioralnym i uczuciowym. Aspekt poznawczy dotyczy osądów i opinii innych osób w stosunku do osoby odczuwającej lęk. Aspekt somatyczny odnosi się do fizycznych objawów pojawiających się w sytuacji wywołującej obawę. Aspekt behawioralny wiąże się z próbami unikania lub ucieczki z sytuacji będących przyczyną lęku. Aspekt uczuciowy dotyczy natomiast zachowań i odczuć ludzi w stosunku do samych siebie.

Jednym z typów lęku sytuacyjnego jest lęk językowy, który można zdefiniować jako „napięcia i obawy doświadczane podczas procesu nauki języka w warunkach zinstytucjonalizowanych, wynikające z obowiązku uczenia się nowego i często jeszcze nie w pełni opanowanego języka”⁷. Negatywne reakcje mogą pojawiać się zarówno podczas akwizycji języka obcego, jak i podczas jego używania. Lęk językowy najczęściej towarzyszy sprawności mówienia, jako że interakcja to *per se* sytuacja społeczna. Biorąc pod uwagę rodzaj zachowań lękowych, można wyróżnić trzy główne typy lęku językowego⁸: lęk komunikacyjny, który wiąże się z wypowiedziami i interakcjami ustnymi, lęk testowy, który towarzyszy sytuacjom o charakterze ewaluacyjnym lub kontrolnym, oraz lęk przed negatywną oceną społeczną, w przypadku klasy językowej – przed oceną nauczyciela czy rówieśników. Natężenie lęku językowego zależy od czynników osobowych oraz czynników środowiskowych⁹. Czynniki osobowościowe obejmują płeć, cechy charakteru, lęk przed negatywną oceną i utratą twarzy, przekonanie o własnej skuteczności w obszarze ustnego posługiwania się językiem obcym. Czynniki środowiskowe odnoszą się do środowiska edukacyjnego i społecznego. Do grupy pierwszej zaliczyć można styl uczenia się, postawę nauczycieli wobec uczniów i wobec nauczanego języka, stopień trudności ćwiczeń językowych, sposoby radzenia sobie z lękiem, procedury prowadzenia zajęć językowych, negatywne doświadczenia edukacyjne. W obrębie czynników społecznych znaj-

⁶ I. Bawej, *Zjawisko lęku językowego...*, s. 239–240.

⁷ E. Piechurska-Kuciel, *Trudności w rozwijaniu sprawności interakcyjnych – rola lęku językowego*, [w:] *Nauka języka obcego w perspektywie ucznia*, H. Komorowska (red.), Warszawa 2011, s. 243.

⁸ Ibidem.

⁹ A. Studenska, *Strategie uczenia się a opanowanie języka niemacierzystego*, Warszawa 2005, s. 97.

dują się wsparcie społeczne, trudności gospodarcze oraz zdarzenia krytyczne. Brak wsparcia lub negatywne doświadczenia społeczne mogą zaostrzać obawy przed używaniem języka obcego.

Ewa Piechurska-Kuciel¹⁰ zauważa, że wsparcie społeczne działa jako „bufor” przeciwko stresowi w nauce języków obcych. Uczący się, którzy czują się wspierani przez nauczycieli i rówieśników, są bardziej skłonni do podejmowania ryzyka językowego. Problemy ekonomiczne mogą zwiększać poziom stresu ogólnego, co przekłada się na mniejszą zdolność radzenia sobie z lękiem językowym. Trudności finansowe mogą również ograniczać dostęp do zasobów edukacyjnych, takich jak korepetycje, podręczniki czy możliwość uczestnictwa w kursach językowych. Zoltán Dörnyei¹¹ w swoich badaniach nad motywacją i lękiem w nauce języków obcych zauważa, że uczniowie z mniej zamożnych środowisk często czują większy lęk, ponieważ mają ograniczone możliwości kontaktu z językiem (np. brak możliwości wyjazdu za granicę lub korzystania z nowoczesnych technologii). Traumatyczne lub stresujące wydarzenia, takie jak doświadczenia migracyjne, utrata pracy czy kryzysy osobiste, mogą zwiększać poziom lęku ogólnego, który znajduje swoje odzwierciedlenie w kontekście nauki języków obcych. Mariusz Kruk i Joanna Zawodniak¹² sugerują, że stres wynikający z nagłych zmian środowiskowych (np. konieczność nauki języka w nowym kraju) potęguje lęk językowy u dorosłych uczących się języka obcego.

Występowanie lęku językowego jest jedną z barier psychicznych, których „cechą wspólną jest hamowanie, utrudnianie, a czasem wręcz uniemożliwianie pełnego wykorzystania potencjału rozwojowego człowieka”¹³. Wysokie natężenie lęku językowego należy do grupy trudności afektywnych. Jak podkreśla M. Kruk¹⁴, doświadczenie lęku językowego może mieć negatywny wpływ na szereg wymiarów nauki języka obcego. Po pierwsze, może osłabić odbiór języka i jego interpretację oraz zniekształcić jego produkcję. Ponadto, osoby doświadczające lęku językowego nie chcą aktywnie uczestniczyć w zajęciach, zaniedbują swoje obowiązki

¹⁰ E. Piechurska-Kuciel, *Perceived Teacher Support and Language Anxiety in Polish Secondary School EFL Learners*, „Studies in Second Language Learning and Teaching” 2011, 1, s. 83–100.

¹¹ Z. Dörnyei, *Motivational Strategies in the Language Classroom*, Cambridge 2001.

¹² M. Kruk, J. Zawodniak, *Boredom in Practical English Language Classes: Insights from Interview Data*, [w:] *Interdisciplinary Views on the English Language, Literature and Culture*, L. Szymański, J. Zawodniak, A. Łobodziec, M. Smoluk (red.), Zielona Góra 2018, s. 177–191.

¹³ J. Bielska, *Barriers psychiczne w nauce języka obcego*, [w:] *Nauka języka obcego w perspektywie ucznia*, H. Komorowska (red.), Warszawa 2011, s. 332.

¹⁴ M. Kruk, *Investigating Dynamic Relationships Among Individual Difference Variables in Learning English as a Foreign Language in a Virtual World*. *Second Language Learning and Teaching*, New York 2021.

i nie wykorzystują w pełni możliwości posługiwania się językiem docelowym. Co więcej, lęk językowy może doprowadzić do tzw. „przeuczenia”¹⁵. Oznacza to, że uczący się języka obcego wkłada coraz większy wysiłek w jego opanowanie, ale rezultat jest niewspółmierny do trudu i czasu poświęconego nauce oraz do oczekiwań ucznia, co w rezultacie powoduje rozczarowanie i demotyację. Wreszcie, bariery afektywne mogą negatywnie oddziaływać na postrzeganie nie tylko języka obcego, lecz także jego kultury oraz rodzimych użytkowników.

Jak wspomniano powyżej, lęk językowy wiąże się z występowaniem określonych objawów kognitywnych i fizjologicznych. Do poznawczych symptomów lęku językowego należą np. chwilowa utrata pamięci, trudności z przywołaniem słów z pamięci krótko- i długotrwałej, utrudnione zrozumienie przekazu, nieporadność składniowa, zamartwianie się negatywnymi konsekwencjami swoich działań czy lęk przed brakiem akceptacji ze strony nauczyciela czy rówieśników¹⁶. Na objawy somatyczne wpływ ma część współczulna i przywspółczulna autonomicznego układu nerwowego¹⁷. Kiedy pobudzona jest pierwsza z nich, osoba doświadczająca leku odczuwa m.in. przyspieszenie akcji serca, tętna i oddechu, wzrasta u niej ciśnienie krwi, spada aktywność przewodu pokarmowego, zaczynają drżeć mięśnie powierzchniowe. W przypadku pobudzenia układu przywspółczulnego reakcja organizmu jest odwrotna – akcja serca zwalnia, ciśnienie krwi spada, wzrasta aktywność trawienna przewodu pokarmowego, pojawiają się mdłości.

2.3. Sposoby eliminowania lęku językowego

Jak wskazują badacze¹⁸, istnieją różnorodne strategie radzenia sobie z lękiem językowym. Najważniejszą z nich jest zwiększenie świadomości istnienia tego zjawiska, zarówno wśród nauczycieli, jak i uczniów. Nauczycielom pomoże to przezwyciężyć niecierpliwość w stosunku do tych osób, które doświadczają trudności na zajęciach języka obcego, uczniom – w większym stopniu uczestniczyć w lekcji. Z analizy

¹⁵ S. Łuszczwińska, *Impact de l'anxiété...*, s. 134.

¹⁶ M. Szupica-Pyrzanowska, Czy mózg może przeszkadzać w nauce języka obcego? *Neurolingwistyczna i neurokognitywna reprezentacja negatywnych emocji*, „Języki Obce w Szkole” 2021, 2, s. 34; E. Piechurska-Kuciel, *Trudności w rozwijaniu...*, s. 245.

¹⁷ I. Bawej, *Zjawisko lęku językowego...*, s. 241–242.

¹⁸ R.C. Scarella, R.L. Oxford, *The Tapestry of Language Learning*, Boston 1992; E. Piechurska-Kuciel, *Metodologia badań nad lękiem językowym*, „Neofilolog” 2009, 32, s. 85–96; K.F. Sotomayor Cantos, M.B. Baños Coello, J.A. Córdova Pintado, L.A. Camacho Castillo, *Strategies for Reducing Anxiety in EFL Classroom: An Academic Review*, „Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar” 2024, 8/2, s. 7159–7169.

10 artykułów z bazy Google Scholar dokonanej przez Sotomayor Cantos i in.¹⁹ wynika, że do najczęściej stosowanych sposobów radzenia sobie z lękiem językowym należy wykorzystywanie technik relaksacyjnych, np. praca z oddechem oraz stosowanie afirmacji. Wspomóc w tym mogłaby uczących się praktyka uważności (*mindfulness*). Blachowska-Szmigiel²⁰ postuluje, że

biorąc pod uwagę sytuację współczesnego SJO (zmuszonego do funkcjonowania w dwóch sprzecznych pod względem aksjologicznym rzeczywistościach), wpływ lęku językowego na efekty uczenia i potrzebę rozwijania kompetencji radzenia sobie z lękiem językowym [...], zadaniem praktyki *mindfulness* na filologii obcej byłoby rozwijanie metakompetencji uważności oraz zachęcanie do stylu życia opartego na uważności. Inaczej mówiąc, program uważności na filologiach obcych mógłby stanowić cenne wsparcie w procesie radzenia sobie z lękiem językowym, zachęcać do uważnego życia, a SJO planujących pracę w zawodzie nauczyciela JD/JO przygotować do wprowadzania uważności na lekcji JD/JO.

Do innych sposobów na wyeliminowanie lęku językowego lub obniżenie jego natężenia można zaliczyć również wprowadzenie przez nauczycieli miłej i przyjaznej atmosfery na lekcji (używanie imion uczniów, opóźniona poprawa błędów, postawa szacunku i wsparcia) oraz propagowanie pracy w parach i grupach. Uczestnicy analizowanych przez K.F. Sotomayor Cantos i in.²¹ badań za efektywne strategie radzenia sobie z lękiem językowym uznali m.in. możliwość częstego używania języka angielskiego, oglądanie filmów z udziałem rodzimych użytkowników języka, stosowanie języka obcego jako podstawowego narzędzia komunikacji w klasie językowej czy wprowadzenie piosenek oraz elementów gamifikacji na zajęciach.

Jak wynika z niniejszego podrozdziału, w eliminowaniu lęku językowego nieoceniona wydaje się osoba nauczyciela języka obcego. Wsparcie nauczyciela jest bezcenne na wielu płaszczyznach²². Na poziomie emocjonalnym ich działania sprzyjają poczuciu komfortu i bezpieczeństwa ucznia. Z utylitarne punktu widzenia nauczyciele mogą zaoferować uczniom swój czas, umiejętności i zaangażowanie. Na poziomie informacyjnym ich obowiązkiem jest nie tylko przekazywanie wiedzy – ich ekspertyza może pomóc uczniom zarządzać własnym procesem uczenia się. Wreszcie, na poziomie oceny, aprobaty nauczyciela pomaga uczącym się języka obcego osiągnąć doskonałe wyniki w nauce.

¹⁹ Ibidem.

²⁰ M. Blachowska-Szmigiel, *Mindfulness. Jak oswoić...*, s. 111.

²¹ K.F. Sotomayor Cantos, M.B. Baños Coello, J.A. Córdova Pintado, L.A. Camacho Castillo, *Strategies for Reducing...*, s. 7159–7169.

²² E. Piechurska-Kuciel, *Perceived teacher support...*, s. 83–100.

3. Metodologia badania

W niniejszym badaniu zastosowano jedną z technik badań ilościowych – ankietę. Ankieta jest narzędziem powszechnie używanym w badaniach pedagogicznych ze względu na jej praktyczną przydatność i wykorzystywana jest na przykład do

poznania opinii uczniów, nauczycieli, rodziców czy społeczności lokalnej na temat funkcjonowania szkoły, poziomu jej pracy, wdrażanych reform, przeprowadzanych eksperymentów, kształcenia nauczycieli, prowadzenia zajęć pozalekcyjnych, funkcjonowania organizacji dziecięcych czy młodzieżowych w szkole, form spędzania czasu wolnego, sytuacji materialnej szkół itp.²³

Na popularność tego narzędzia w badaniach społecznych wpłynęło kilka czynników²⁴. Przede wszystkim umożliwia ono szybkie (a nawet natychmiastowe, w przypadku kwestionariuszy *online*) uzyskanie odpowiedzi od dużej liczby przestrzennie rozproszonych respondentów. Ponadto, mają oni czas na przemyślenie i udzielenie odpowiedzi. Jako że ankietę nie bierze bezpośrednio udziału w badaniu, uczestnicy mogą być bardziej szczerzy i chętniej reagować na pytania drażliwe czy kontrowersyjne. Wreszcie, ze względu na użycie standaryzowanego zestawu pytań, ankieta umożliwia pozyskanie danych o dużej homogeniczności. Powyższe korzyści płynące z zastosowania ankiety wpłynęły również na jej wybór jako narzędzia w niniejszym badaniu.

Ankiety przeprowadzono w okresie od lutego do marca 2024 roku. Badaniem objęto grupę 87 studentów kierunków filologicznych (filologia angielska, filologia angielska z elementami translatoryki, filologia angielska z językiem hiszpańskim, filologia angielska z językiem niemieckim, filologia angielska z językiem rosyjskim, filologia obca nauczycielska, filologia francuska z językiem angielskim) Uniwersytetu w Białymstoku. Kwestionariusz składał się z trzech części. Pierwsza, dotycząca ogólnej pewności siebie, składała się z 8 stwierdzeń w 4-stopniowej skali Likerta, gdzie 4 oznaczało całkowitą zgodę, a 1 – całkowitą niezgodę. Druga część dotyczyła ego językowego, które odnosi się do nowej tożsamości, jaką uczący się rozwijają podczas nauki drugiego języka i obejmuje zestaw emocji, których doświadczają w procesie nauki oraz nowy sposób myślenia²⁵ i zawierała 7 par zdań, z których respondenci wybierali to, które najlepiej ich opisuje. Trzecia część, składająca się z 12 pytań w 5-stopniowej skali Likerta, dotyczyła lęku językowego, który stanowi „swoistą grupę przekonań, uczuć i zachowań związanych

²³ W.A. Maszke, *Metody i techniki badań pedagogicznych*, Rzeszów 2008, s. 232–233.

²⁴ Ibidem, s. 234.

²⁵ D.H. Brown, *Strategies for Success. A Practical Guide to Learning English*, New York 2001, s. 30.

z procesem nauki języka, wynikających z charakterystyki samej akwizycji języka”²⁶. Badanie miało na celu uzyskanie odpowiedzi na następujące pytania:

1. Czy istnieje korelacja pomiędzy ogólną pewnością siebie a lękiem językowym?
2. Czy istnieje korelacja pomiędzy ego językowym a lękiem językowym?

Ponadto, przeanalizowano, jak wyglądał rozkład odpowiedzi na pytania kwestionariusza dotyczące lęku językowego.

4. Wyniki badania

4.1. Analiza korelacji

Analizę wykonano w oprogramowaniu statystycznym R (w wersji R-4.1.2). Analizowane wskaźniki przedstawiono za pomocą podstawowych statystyk opisowych. Test Shapiro-Wilka oraz współczynnik skośności i kurtoza były wykorzystane do oceny zbieżności rozkładów z rozkładem normalnym. Analiza korelacji została wykonana metodą Pearsona z uwagi na normalność rozkładów analizowanych wskaźników. Przy ocenie istotności otrzymanych współczynników korelacji przyjęto, że $\alpha = 0,05$.

Podstawowe statystyki opisowe analizowanych zmiennych zostały przedstawione w tabeli 1.

Tabela 1. Statystyki opisowe analizowanych zmiennych (n = 86)

Zmienna	M*	SD	Me	Q1	Q3	Min	Max
Ogólna pewność siebie (8–32)	22,29	4,18	23,00	19,25	25,75	10,00	31,00
Ego językowe (7–28)	18,31	4,37	19,00	15,00	22,00	7,00	26,00
Lęk językowy (12–60)	35,49	9,75	34,00	27,00	42,00	20,00	60,00

* M – średnia arytmetyczna, SD – odchylenie standardowe, Me – mediana, Q1 – pierwszy kwartył, Q3 – trzeci kwartył, Min – wartość minimalna, Max – wartość maksymalna.

Źródło: opracowanie własne.

Korelacje między lękiem językowym z ogólną pewnością siebie i ego językowym przedstawia tabela 2.

²⁶ E. Piechurska-Kuciel, *Trudności w rozwijaniu...*, s. 243.

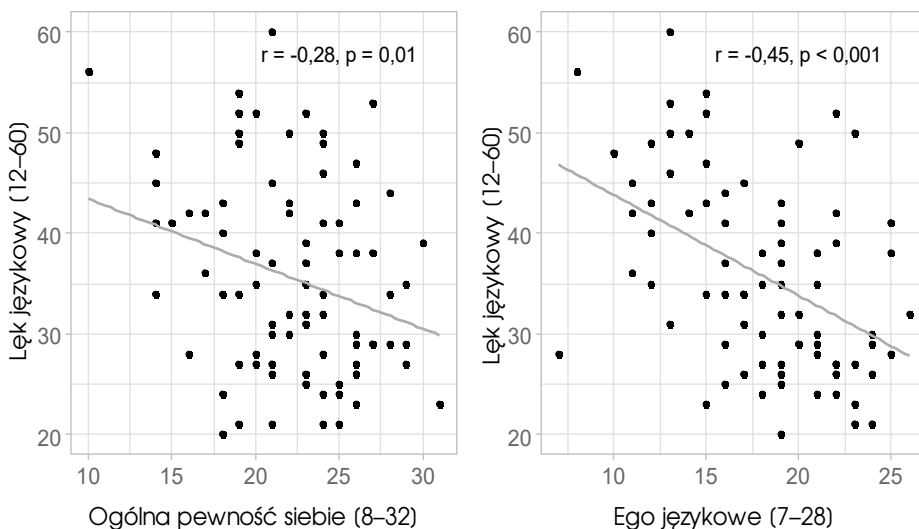
Tabela 2. Korelacje między lękiem językowym z ogólną pewnością siebie i ego językowym

Zmienna	Współczynnik korelacji Pearsona (r)	p
Lęk językowy (12–60) vs:		
Ogólna pewność siebie (8–32)	-0,28	0,010
Ego językowe (7–28)	-0,45	< 0,001

Źródło: opracowanie własne.

Jak pokazują wyniki w tabeli 2, istnieje istotna korelacja między ogólną pewnością siebie a lękiem językowym ($p = 0,010$). Współczynnik korelacji Pearsona był równy $-0,28$ i świadczył o ujemnym kierunku relacji i jej słabej/umiarkowanej sile. Oznaczało to, że wraz ze wzrostem ogólnej pewności siebie spadał lęk językowy, a siła tej zależności była niska do umiarkowanej. Relacja ta została przedstawiona na wykresie 1.

Ponadto, istnieje istotna korelacja między ego językowym a lękiem językowym ($p < 0,001$). Współczynnik korelacji Pearsona był równy $-0,45$ i świadczył o ujemnym kierunku relacji i jej umiarkowanej sile. Oznaczało to, że wraz ze wzrostem ego językowego spadał lęk językowy, a siła tej zależności była umiarkowana. Relacja ta została przedstawiona na wykresie 1.

Wykres 1. Zależności między lękiem językowym a ogólną pewnością siebie oraz między lękiem językowym a ego językowym w badanej grupie

Źródło: opracowanie własne.

4.2. Rozkład odpowiedzi na pytania dotyczące lęku językowego

Analizę wykonano w oprogramowaniu statystycznym R (w wersji R-4.1.2). Rozkład odpowiedzi opisano za pomocą odsetków.

Rozkład odpowiedzi na pytania z kwestionariusza w zakresie części III. Lęk językowy przedstawia tabela 3.

Tabela 3. Rozkład odpowiedzi na pytania z kwestionariusza w zakresie części III. Lęk językowy

Stwierdzenie	1 – zdecydowanie się zgadzam, 5 – zdecydowanie się nie zgadzam				
	1	2	3	4	5
1. W ogóle się nie denerwuję, kiedy mówię po angielsku publicznie.	16,3	27,9	18,6	24,4	12,8
2. Często mam pustkę w głowie, kiedy muszę wyrazić siebie na forum.	22,1	22,1	20,9	29,1	5,8
3. Czuję się niepewnie i serce mi bije, kiedy muszę przemawiać publicznie.	26,7	34,9	18,6	14,0	5,8
4. Boję się oceny i krytyki innych uczniów.	15,1	27,9	18,6	25,6	12,8
5. Boję się oceny i krytyki nauczyciela.	14,0	36,0	18,6	22,1	9,3
6. Staram się unikać sytuacji, w których muszę występować publicznie.	29,1	19,8	23,3	24,4	3,5
7. Boję się rozmawiać po angielsku z <i>native speakerami</i> .	10,5	16,3	16,3	24,4	32,6
8. Uwielbiam wystąpienia publiczne po angielsku.	2,3	20,9	31,4	23,3	22,1
9. Tak bardzo boję się popełnić błąd, że wolę w ogóle nie mówić.	7,0	18,6	9,3	26,7	38,4
10. Myślę, że wiem mniej niż reszta grupy, więc milczę.	7,0	23,3	18,6	22,1	29,1
11. Zajęcia języka angielskiego <i>online</i> sprawiły, że jeszcze bardziej boję się wystąpić publicznych.	9,3	11,6	17,4	17,4	44,2
12. Bez wahania wypowiadałam się na lekcjach <i>online</i> .	20,9	19,8	19,8	23,3	16,3

Dane przedstawiono jako odsetek odpowiedzi.

Źródło: opracowanie własne.

Jak ukazują wyniki przedstawione w tabeli 3, studenci kierunków filologicznych Uniwersytetu w Białymstoku raczej nie doświadczają lęku językowego w komunikacji ustnej w języku angielskim. Około 1/3 z nich deklaruje, iż zwykle nie denerwuje się podczas wypowiadania się w języku angielskim (27,9%), a konieczność wyrażania siebie na forum nie powoduje u nich stresu (29,1%). Podobna liczba respondentów (31,4%) ma dosyć indyferentny stosunek do wystąpień publicznych. Możliwość popełnienia błędu nie powstrzymuje uczestników badania przed mówieniem (38,4%) i nie doświadczają oni raczej poczucia tego, że umieją mniej niż rówieśnicy (29,1%). Bardziej niż oceny i krytyki innych uczniów (27,9%) czy rodzimych użytkowników języka (32,6%) studenci obawiają się osądu nauczyciela (36%). Z drugiej jednak strony, 1/3 respondentów stara się unikać sytuacji, w których musi występować publicznie (29,1%), a podczas wypowiadania na forum czuje się niepewnie i doświadcza fizycznych symptomów lęku językowego – mówiącym mocniej bije serce (34,9%). Ankieta zawierała również 2 pytania dotyczące doświadczeń studentów związanych z komunikacją ustną w języku angielskim podczas zajęć w systemie *online*. Jak wynika z danych przedstawionych w tabeli 3, choć uczestnicy raczej niechętnie wypowiadali się na lekcjach *online* (23,3%), nie zdemotywowały one ich do wystąpień publicznych (44,2%).

5. Dyskusja

Jak przedstawiono powyżej, literatura przedmiotu potwierdza istnienie zjawiska lęku językowego. Niniejsze badanie wykazało, iż studenci filologii raczej nie doświadczają lęku językowego w komunikacji ustnej w języku angielskim, ale jednocześnie mają tendencję do unikania publicznego wypowiadania się, a w sytuacjach, kiedy są do tego zobligowani, towarzyszą im fizyczne symptomy strachu, np. szybsze bicie serca. Jak więc wyniki niniejszego badania wyglądają na tle innych, przeprowadzonych w podobnym kontekście? Zestawienie rezultatów analiz badań dotyczących lęku językowego wśród studentów filologii ukazuje tabela 4.

Jak wskazują wyniki studiów przedstawione w tabeli 4, studenci filologii w większości wykazują średni i wysoki poziom lęku językowego (I. Bawej 2017, S. Łuszczzyńska 2019, M. Blachowska-Szmigiel 2020 – rok badania)²⁷. Jedynie badanie Anny Szuchalskiej (2024) dowiodło, że studenci kierunków filologicznych Uniwersytetu w Białymstoku raczej nie doświadczają lęku językowego w komunikacji

²⁷ Zob. I. Bawej, *Zjawisko lęku językowego...*; S. Łuszczzyńska, *Impact de l'anxiété...*; M. Blachowska-Szmigiel, *Mindfulness. Jak ośwoić...*

ustnej w języku angielskim, przy czym jeżeli mogą, unikają publicznych wystąpień. Uczestnicy analizowanych badań największą obawę odczuwają przed oceną i krytyką nauczyciela (59% – Bawej 2017, 36% – Szuchalska 2024), znacznie mniejszą przed interakcją z rodzimymi użytkownikami języka angielskiego (20% – Bawej 2017, 26,8% – Szuchalska 2024). Jak pokazało studium M. Blachowskiej-Szmigiel (2020), przyrost wiedzy i kompetencji nie wpływa znacząco na obniżenie poziomu lęku językowego wśród studentów filologii.

Tabela 4. Zestawienie wyników badań dotyczących lęku językowego wśród studentów filologii

Badanie	Instytucja/ kierunek	Liczba uczestników	Wyniki
Bawej 2017	Uniwersytet Kazimierza Wielkiego w Bydgoszczy, lingwistyka stosowana	34	– 50% – obawa przed zabieraniem głosu na zajęciach – 53% – obawa przed mówieniem na egzaminie – 85% – obawa przed publicznymi wystąpieniami przed grupą – 20% – obawa przed interakcją z rodzimymi użytkownikami języka angielskiego – 59% – obawa przed oceną nauczyciela
Łuszczczyńska 2019	Uniwersytet Szczeciński, filologia romańska	50	– 50% – niski poziom lęku językowego – 50% – średni i wysoki poziom lęku językowego
Blachowska- Szmigiel 2020	Uniwersytet im. A. Mickiewicza w Poznaniu, filologia romańska	93	– I rok – 73% średni poziom lęku językowego, 11% – wysoki, 16% – niski – II rok – 62% średni poziom, 23% – wysoki, 15% – niski – III rok – 62% średni poziom, 19% – wysoki, 19% – niski
Szuchalska 2024	Uniwersytet w Białymstoku, filologia: – angielska – francuska – obca nauczycielska	87	– 29,1% – unikanie wystąpień publicznych – 34,9% – fizyczne symptomy lęku językowego – 36% – obawa przed oceną nauczyciela – 27,9% – obawa przed oceną innych uczniów – 26,8% – obawa przed interakcją z rodzimymi użytkownikami języka angielskiego – 16,3% – brak obawy przed mówieniem w języku angielskim

Źródło: opracowanie własne na podstawie: I. Bawej, *Zjawisko lęku językowego...*, s. 235–255; M. Blachowska-Szmigiel, *Mindfulness. Jak oświecić...*, s. 103–114.

Na różnice w poziomie lęku językowego w przedstawionych powyżej badaniach mogą mieć wpływ specyficzne czynniki kontekstowe, z których najważniejszym wydaje się być język docelowy, którego dotyczyły. Język angielski, który był przedmiotem badania Szuchalskiej (2024), odgrywa wyjątkową rolę w globalnym kontekście, zarówno jako *lingua franca*, jak i najczęściej nauczany język obcy na świecie. W Polsce jego nauka rozpoczyna się zwykle w bardzo wczesnym wieku (od 2017 roku już na etapie edukacji przedszkolnej), co może prowadzić do wyższego poziomu oswojenia z językiem oraz większej pewności siebie w komunikacji. W przypadku niemieckiego i francuskiego, które były analizowane w badaniach I. Bawej (2017), S. Łuszczynskiej (2019) i M. Blachowskiej-Szmigiel (2020), ich nauka rozpoczyna się później (w edukacji formalnej drugi język obcy wprowadzany jest w klasie VII szkoły podstawowej), co może oznaczać niższy poziom kompetencji językowych wśród studentów, a tym samym wyższy poziom lęku. Ponadto, język angielski jest szeroko obecny w kulturze popularnej, co może obniżać barierę psychologiczną w jego używaniu. Częsty kontakt z językiem poprzez media, muzykę czy filmy pozwala studentom oswoić się z jego brzmieniem i strukturą, co może skutkować większą płynnością oraz zmniejszeniem obaw związanych z oceną. W przypadku niemieckiego i francuskiego, które są mniej obecne w kulturze masowej, taki efekt jest znacznie mniej wyraźny. Nie można również pominąć różnic strukturalnych między językami, które mogą wpływać na trudności w ich przyswajaniu i używaniu. Język angielski, w porównaniu z niemieckim i francuskim, jest uważany za mniej wymagający pod względem gramatyki oraz fleksji. Niemiecki z jego złożonymi strukturami gramatycznymi (np. odmiana przez przypadki) i francuski z trudną wymową i zawiłościami gramatycznymi mogą zwiększać poziom niepewności i lęku, szczególnie w sytuacjach komunikacyjnych. W rezultacie studenci uczący się angielskiego mogą odczuwać mniejszy stres związany z koniecznością poprawnego wyrażania się. Kolejnym aspektem jest kontekst społeczno-kulturowy, w którym używane są poszczególne języki. Angielski jako język globalny jest postrzegany jako bardziej neutralny i uniwersalny, co może redukować obawy związane z jego używaniem, w tym ocenę przez rodzimych użytkowników języka. Z kolei niemiecki i francuski często kojarzone są z określonymi standardami kulturowymi oraz większym formalizmem, co może dodatkowo zwiększać stres podczas interakcji z rodzimymi użytkownikami tych języków.

6. Ograniczenia badania

Niniejsze badanie miało charakter ilościowy, dostarczyło informacji dotyczących korelacji pomiędzy określonymi zmiennymi. Nie przyniosło natomiast odpowiedzi

na inne pytania, które mogłyby pomóc zrozumieć na przykład, dlaczego uczniowie doświadczają lęku językowego, kto jest na niego bardziej podatny, w jakich konkretnych sytuacjach się pojawia, czy zawsze ma negatywne skutki lub jak można sobie z nim radzić. Z tego powodu w przyszłych analizach należałoby połączyć metody ilościowe i jakościowe. Ewa Piechurska-Kuciel²⁸ podkreśla, że

taki sposób postępowania ma wielorakie konsekwencje. Wśród nich należy wymienić *inicjację*, dzięki której można odkryć całkowicie nowe perspektywy w badaniach nad lękiem językowym. Ponadto, w grę także wchodzi *triangulacja*, czyli testowanie konwergencji (zbieżności) lub wiarygodności wyników, któremu towarzyszy *komplementarność* (opracowanie, ilustrowanie i objaśnienie wyników). Dodatkowymi czynnikami wpływającymi z łączenia metod ilościowych i jakościowych w eksploracji lęku językowego jest *rozwój* zapewniony przez wzajemną informacyjność obu typów badań oraz *ekspansja*, czyli powiększenie zakresu projektu badawczego (Greene, Caracelli i Graham 1989), co w przypadku badań nad lękiem językowym wydaje się szczególnie istotne.

Ponadto, różnice w omawianych badaniach nad lękiem językowym wśród studentów wskazują na potrzebę uwzględnienia języka docelowego jako istotnej zmiennej w badaniach nad lękiem językowym. Należałoby przeprowadzić badania porównawcze, które objęłyby studentów uczących się różnych języków obcych w tym samym kontekście dydaktycznym, aby lepiej zrozumieć wpływ języka na poziom lęku.

7. Wnioski i podsumowanie

Wyniki niniejszego badania wykazały, że natężenie lęku językowego jest ujemnie zależne od ogólnej pewności siebie i od ego językowego – czym większa pewność siebie i ego językowe, tym mniejsza intensywność odczuwanego lęku językowego. Ponadto, analiza rezultatów niniejszego studium i innych studiów przeprowadzonych w podobnym kontekście ujawniła, że studenci filologii doświadczają lęku językowego podczas komunikacji ustnej w języku angielskim, większego wobec nauczyciela niż rówieśników czy rodzimych użytkowników języka. Jednakże, jako że język docelowy wydaje się istotnym czynnikiem różnicującym wyniki badań nad lękiem językowym, istnieje potrzeba dalszych, bardziej szczegółowych analiz, aby potwierdzić tę hipotezę i wypracować rekomendacje dydaktyczne uwzględniające specyfikę różnych języków obcych.

²⁸ E. Piechurska-Kuciel, *Metodologia badań...*, s. 92.

BIBLIOGRAFIA

- Bawej I., *Zjawisko lęku językowego w procesie nauki języka niemieckiego*, „Neofilolog” 2017, 49 (2), s. 235–255.
- Bielska J., *Bariery psychiczne w nauce języka obcego*, [w:] *Nauka języka obcego w perspektywie ucznia*, H. Komorowska (red.), Warszawa 2011, s. 332–351.
- Blachowska-Szmigiel M., *Mindfulness. Jak ośwoić lęk językowy studentów języków obcych i zachęcić ich do uważnego życia*, „Acta Neophilologica” 2021, XXIII (2), s. 103–114.
- Brown D.H., *Strategies for Success. A Practical Guide to Learning English*, New York 2001.
- Dörnyei Z., *Motivational Strategies in the Language Classroom*, Cambridge 2001.
- Internetowa Rejestracja Kandydatów, [online], https://irk.uwb.edu.pl/pl/offer/PEL-NE2024/programme/Fil_Ang_S1_KRK/?from=field:FilAng [dostęp: 10.11.2024].
- Kruk M., *Investigating Dynamic Relationships Among Individual Difference Variables in Learning English as a Foreign Language in a Virtual World. Second Language Learning and Teaching*, New York 2021.
- Kruk M., Zawodniak J., *Boredom in Practical English Language Classes: Insights from Interview Data*, [w:] *Interdisciplinary Views on the English Language, Literature and Culture*, L. Szymański, J. Zawodniak, A. Łobodziec, M. Smoluk (red.), Zielona Góra 2018, s. 177–191.
- Łuszczńska S., *Impact de l’anxiété sur l’apprentissage des langues*, „Studia Neofilologiczne” 2017, 13, s. 129–146.
- Maszkę W.A., *Metody i techniki badań pedagogicznych*, Rzeszów 2008.
- Piechurska-Kuciel E., *Metodologia badań nad lękiem językowym*, „Neofilolog” 2009, 32, s. 85–96.
- Piechurska-Kuciel E., *Perceived Teacher Support and Language Anxiety in Polish Secondary School EFL Learners*, „Studies in Second Language Learning and Teaching” 2011, 1, s. 83–100.
- Piechurska-Kuciel E., *Trudności w rozwijaniu sprawności interakcyjnych – rola lęku językowego*, [w:] *Nauka języka obcego w perspektywie ucznia*, H. Komorowska (red.), Warszawa 2011, s. 239–258.
- Reber A., *Słownik psychologii*, Warszawa 2000.
- Scarcella R.C., Oxford R.L., *The Tapestry of Language Learning*, Boston 1992.
- Sotomayor Cantos K.F., Baños Coello M.B., Córdova Pintado J.A., Camacho Castillo L.A., *Strategies for Reducing Anxiety in EFL Classroom: An Academic Review*, „Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar” 2024, 8/2, s. 7159–7169.
- Studenska A., *Strategie uczenia się a opanowanie języka niemacierzystego*, Warszawa 2005.
- Szupica-Pyrzanowska M., *Czy mózg może przeszkadzać w nauce języka obcego? Neurolingwistyczna i neurokognitywna reprezentacja negatywnych emocji*, „Języki Obce w Szkole” 2021, 2, s. 33–38.