

生成式AI对大学生英语自主学习能力的影 响机制与提升路径

李俊兰

太原师范学院, 中国·山西 晋中 030619

摘要: 伴随着生成式人工智能技术的迅速发展和普及, 它给教育领域带来的影响也愈加深远, 对传统的教与学方式产生了革命性的影响, 尤其是给大学生英语自主学习带来了新的可能。目前, 生成式 AI 工具已经成为大学生英语学习的重要辅助手段, 在词汇积累、语法纠错、写作指导、口语练习等各方面都具有明显的优势, 但是也带来了一系列的问题, 例如过度依赖、思维惰性、学术诚信等。本文主要研究生成式 AI 对大学生英语自主学习能力的影 响机制, 通过整理国内外的相关实证研究数据, 找出它在提高学习效率、增强学习动机的同时, 对学习者元认知能力、批判性思维、语言输出能力所造成的潜在不良影响。在此基础上, 从学生、教师、高校三个方面提出相应的提高途 径, 给创建人机协同的智慧英语学习生态给予理论参照和操作引领。

关键词: 生成式 AI; 大学生; 英语自主学习; 影响机制; 提升路径

The Impact Mechanism of Generative AI on College Students' English Self-Learning Ability and Ways to Improve It

Li Junlan

Taiyuan Normal University, China Shanxi Jinzhong 030619

Abstract: With the rapid development and widespread use of generative AI technology, its impact on the field of education has become increasingly profound, revolutionizing traditional teaching and learning methods, especially creating new possibilities for college students' independent English learning. Currently, generative AI tools have become important aids for college students learning English, showing clear advantages in vocabulary accumulation, grammar correction, writing guidance, and speaking practice. However, they also bring a range of issues, such as over-reliance, cognitive laziness, and academic integrity concerns. This paper mainly explores how generative AI affects college students' ability to learn English independently. By reviewing relevant empirical research at home and abroad, it identifies both its benefits in improving learning efficiency and motivation and its potential negative effects on learners' metacognitive abilities, critical thinking, and language output skills. Based on this, the paper proposes corresponding strategies from the perspectives of students, teachers, and universities, providing theoretical reference and practical guidance for creating an intelligent, human-AI collaborative English learning ecosystem.

Keywords: Generative AI; College students; Independent English learning; Influence mechanism; Improvement strategies

0 引言

在数字化转型加快发展的大背景之下, 教育技术的革新一直成为高等教育发展的主要驱动力。生成式人工智能属于人工智能领域的一项重大革新, 依靠自身强大的自然语言处理功能、内容创作能力以及个性化的互动特性, 正在重新塑造着语言学习的方式。与传统的计算机辅助语言学习工具相比, 生成式 AI 可以理解复杂的语言指令, 生成符合语境的文本内容, 并且可以给学习者即时、个性化的反馈, 与英语自主学习所提倡的“学习者中心”的理念不

谋而合^[1]。

英语自主学习能力属于大学生英语综合素养的重要组成部分, 也是大学生终身学习能力的基础。教育部的《大学英语教学指南(2020 版)》中提到大学英语教学要“培养学生英语应用能力, 增强跨文化交际意识和交际能力, 发展自主学习能力, 提高综合文化素养。”但是长期以来, 我国大学英语教学一直存在着班级规模大、师生比低、个性化指导少等状况, 极大地阻碍了学生自主学习能力的提高。生成式 AI 出现以后给问题的解决赋予了新途径, 它可担当

起“私人英语教师”的角色,给学生给予全天候、个性化的学习帮助,冲破传统教学的束缚^[1]。

与此同时,我们也不能不承认,生成式 AI 是把双刃剑。如果使用不当,就会削弱学生独立思考、语言输出的能力,造成翻译拐杖、学术不端现象。目前有关生成式 AI 对英语学习影响的研究大多停留在应用效果的描述性分析上,对于其深层次的影响机制研究得不够系统,对于怎样有效规避风险、提高自主学习能力的研究也较为滞后。因此,对生成式 AI 对大学生英语自主学习能力影响机制进行深入研究,提出科学合理的提高途径,有重大的理论意义和现实意义。

1 核心概念界定

1.1 生成式 AI

生成式 AI 是指使用机器学习算法从大量的数据中学习模式,然后产生新的、原创性的内容的人工智能技术。与传统的判别式 AI 只能对已有的数据进行分类和预测不同,生成式 AI 可以产生各种各样的文本、图像、音频、视频等信息。应用最广的语言学习 AI 工具是 ChatGPT、文心一言、Kimi、DeepSeek 等大语言模型,以及以此为基础开发的各种英语学习应用程序。这些工具可以完成自然语言对话、文本的生成和润色、翻译、语法检查、口语训练等方面的服务,给英语学习提供全方位的帮助^[3]。

1.2 英语自主学习能力

英语自主学习能力指的是学习者在老师的指导下,可以独立地确定自己的学习目标、制定学习计划、选择学习方法、监控学习过程、评价学习结果的能力。Holec (1981) 最早提出了自主学习的概念,认为自主学习就是学习者对自己学习负责的能力。在英语学习语境中,自主学习能力主要包含以下几个方面,一是元认知能力,即对学习过程进行计划、监控、反思的能力;二是认知能力,即语言知识的获取、加工、运用的能力;三是动机与情感因素,即学习兴趣、自我效能感、学习毅力;四是资源利用能力,即有效利用各种学习资源和工具的能力。生成式 AI 属于一种新的学习资源与工具,它对于这四个方面的改变是深远的^[4]。

2 生成式 AI 对大学生英语自主学习能力的影 响机制

生成式 AI 对大学生英语自主学习能力的影 响是全方 位的、多层次的,它的作用机理主要是从以下几个方面来 实现的:

2.1 认知赋能机制

生成式 AI 凭借很强的自然语言处理功能,可以把繁

杂的语言知识转变成容易理解的形式,大幅度削减了英语学习的认知障碍。从词汇学习上来说, AI 工具不仅能给单词释义、发音、例句等,而且可以依照学习者的能力水平创建专属的记忆卡以及练习题,让学习者在语境里加深对单词的认识。人工智能可以对学生的语法错误即时作出纠正,并且给出详细的分析原因,使学生能及时找到自己存在的问题并加以改正。 AI 对于复杂的英文文本可以逐句翻译并分析,使学生能很快地理解文章的大意,从而提高阅读速度。

2.2 动机激发机制

生成式 AI 凭借个性化的、互动式的教学方式,可以很好地调动学生学习英语的积极性,提高学生自我效能感。与传统的被动式学习不同的是, AI 工具可以根据学生的学习情况、兴趣爱好、能力的不同来设计出个性化的课程内容和练习题,使学习更加有目的、有趣味。以学生喜欢的电影、音乐或者游戏为素材,可以生成相应的英语对话、阅读材料,使学生在自己感兴趣的内容中学习英语。

另外,生成式 AI 给予的即时反馈以及无评判的学习环境,对减轻学生语言焦虑、提高其自我效能感有着重要的作用。传统英语课堂上,学生因为害怕出错而不敢开口说英语,但是 AI 工具不会对学生的错误进行批评和嘲笑,可以耐心地纠正学生发音、语法上的错误,使学生敢于大胆尝试。有研究显示,有 41 人认为人工智能能够很好地指出发音重音、时态的使用等错误,并且能够耐心地加以说明。学生表示自己的英语重音一直不稳, ChatGPT 会逐词指导,不会批评。积极的学习体验可以明显提高学生的自我效能感,从而促进学生自主学习能力的提高。

2.3 元认知调节机制

元认知能力是自主学习能力的中心,生成式 AI 对学生的自我监控、反思起着重要的作用。人工智能工具可以对学生的习得过程以及学习数据进行记录,包含学习时间、练习正确率、错误种类等信息,然后利用数据分析为学生提供学习诊断和建议,使学生明白自身存在的不足之处并加以改进。人工智能可以对学生的写作错误进行分析,找出学生在语法、词汇、逻辑结构上存在的问题并给出相应的建议。

同时,生成式 AI 还能够引导学生进行学习反思。学生可以借助和 AI 交流的方式来回顾自己的学习过程、总结学习经验与教训。学生能用人工智能提问英语写作中常见错误有哪些。“我应该如何提高我的英语口语流利度?” 这些问题由 AI 根据学生学习数据给出详细的解答,使学生可

以有充分的时间进行反思。根据 TAM、SRL 模型的访谈结果可知,有 62.5% 的人认为 AI 很好地帮助他们完成了学习监控与反思的过程。

3 生成式 AI 应用于英语自主学习的现状与问题

3.1 应用现状

生成式 AI 在大学生英语自主学习中已经具有较高的渗透率。根据 2026 年 ACM Digital Library 的调查数据可知,大学生中经常用生成式 AI 辅助英语学习的比例是 20.93%,偶尔用的比例是 41.86%,很少或者从不使用比例是 37.22%。在工具选择方面,DeepSeek 是最受中国大学生欢迎的生成式 AI 工具(39.11%),其次是文心一言(20.66%)和 Kimi(16.24%)。而在国际上,ChatGPT 仍然占据主导地位,但其市场份额已从 2023 年的约 60% 下降至 2025 年的 50% 左右^[5]。

从使用场景来说,生成式 AI 主要被用在翻译、写作、词汇学习、语法学习上。一项对 16 名大学生进行的深度访谈表明,87.5% 的学生使用 AI 做翻译,75% 的学生使用 AI 做写作辅助,56.25% 的学生使用 AI 做词汇学习,没有学生使用 AI 做听力训练。由此可以看出,生成式 AI 在输入型语言技能学习上应用更广,在输出型语言技能尤其是听力、口语方面应用较少。

3.2 存在的问题

虽然生成式 AI 给大学生英语自主学习带来了方便,但是它在实际运用过程中也存在一些问题,从而影响到自主学习能力的提升。

首先就是过度依赖的问题,从而造成自主学习能力的削弱。学生把 AI 当作万能工具,不愿意独立思考,从调查结果可知,有 25% 的学生对 AI 翻译的使用程度很高,自主表达、解决问题的能力也相应降低。

第二,学习浅表化严重,缺少批判性思维。学生满足于 AI 产生的答案,不去思考,读写过程中依赖于 AI,不利于批判性思维与创新意识的培养。

第三,学术诚信的风险变大了。AI 生成文本给学术不端提供方便,部分学生使用 AI 代写作业、论文,某高校抽查结果显示 23% 的课程论文存在 AI 过度使用的痕迹,且使用规范不明。

四是缺少 AI 素养,使用效率低。学生没有掌握有效的使用 AI 的方法,56.25% 的学生不能准确地给出提示词,辨别 AI 生成内容的能力也不强,很容易受到错误信息的影响,例如有研究发现 AI 的内容存在事实上的偏差。

4 基于生成式 AI 的大学生英语自主学习能力提升路径

就生成式 AI 应用于英语自主学习中出现的问题而言,需要从学生、教师以及高校这三个方面入手,创建起人机协同的智慧英语学习环境,推动大学生英语自主学习能力的健康发展。

4.1 学生层面:树立正确的 AI 使用观念,提升 AI 素养

学生是英语自主学习的主体,也是生成式 AI 的直接使用者。发挥好生成式 AI 的作用,规避它的风险,学生首先要树立起正确的 AI 使用观念,明白 AI 只是学习的辅助工具,而不是学习的替代品。学生应当把 AI 视为提高学习效率、丰富学习资源的工具,而不能完全依靠 AI 来完成所有的学习任务。在使用 AI 的过程中,要保持独立思考、批判性思维,对 AI 产生的内容进行细致的辨别、分析,不能被 AI 产生的内容所迷惑、所引导,不能被 AI 所误导。

其次学生要主动提高自身的 AI 素养,学会怎样使用有效的 AI 工具。AI 素养包含提示词工程能力、内容辨别能力、伦理使用能力等各方面。学生应该学会怎样编写清楚、具体、有效的提示词来得到好的 AI 输出,学会评价 AI 生成内容的准确性、可靠性、适用性,了解 AI 使用伦理规范和学术诚信要求,防止出现学术不端行为。学生还要积极探索 AI 在英语学习中新的应用,用 AI 进行模拟对话、角色扮演、项目式学习等,发挥出 AI 的优势来提高自己的英语综合能力。

4.2 教师层面:转变教学角色,构建人机协同教学模式

教师是英语教学的组织者和引导者,在生成式 AI 时代,教师要转变传统的教学角色,由知识的传授者变为学习的引导者、促进者和评价者。教师要主动去学习、掌握生成式 AI 技术,在英语教学中发挥它的作用,并且不能忽略它的不足之处,把 AI 工具有机地融入到教学当中,创建起人机协同的教学模式。

教师利用人工智能教学工具对学生的学习情况进行分析、对学生个人需要进行分析,制定出有针对性的课堂教学方案;用人工智能教学工具制作课件、练习题、测试题等提高教学效率;引导学生使用人工智能工具进行自主学习、探究学习,培养学生自主学习能力、创新能力。课后教师可以使用 AI 工具对学生进行个性化的辅导、反馈,及时解决学生在学习过程中出现的问题。

同时教师还要对学生使用 AI 的指导和监管。教师要

向学生明确 AI 使用的规范和边界,在使用 AI 时指出可以使用 AI 的情形,不可以使用 AI 的情形以及怎样正确引用、标注 AI 生成的内容。教师可以设置一些需要学生进行深度思考的作业,例如批判性阅读、创意写作、小组讨论等等,以此来减少学生对于老师依赖。教师还要把 AI 素养教育渗透到英语教学当中去,培育学生的 AI 素养与数字公民意识。

4.3 高校层面:完善制度建设,提供技术支持

高校应当支持生成式 AI 在英语教学中的使用。第一,制定 AI 使用规范、学术诚信政策,建立检测系统,对学生的作业进行合理审核,保护学生的合法权益。其次加强师生的 AI 培训,用课程、活动提高师生的 AI 素养。第三,加大教育技术的投入,创建智能英语学习平台,合作开发 AI 应用,将现有系统整合起来,提升数据的安全性以及隐私保护水平。

5 结语

生成式 AI 正在对大学生英语自主学习产生着深刻的影响,给大学生英语自主学习带来了提高效率、激发学习动力等机遇,但是也存在着过度依赖、学术诚信等问题,阻碍了大学生英语自主学习的健康发展。需要学生、教师、

高校三者共同努力来创建人机协同智慧学习生态,提高自主学习能力。未来生成式 AI 在英语教育的应用会越来越广泛,需要持续关注它的发展,探索新的应用方式,但是也要注意它的负面影响,以保证技术的发展服务于培养全面发展的个体。

参考文献:

- [1] 石姝玮. 生成式人工智能赋能大学生英语自主学习的路径探索[J]. 英语广场, 2026(02): 102-105.
- [2] 赵宇静. 移动学习对大学生英语听力自主学习能力的研究[D]. 西安外国语大学, 2024.
- [3] 于晓宁. 基于思博乐学大学英语自主学习平台的分级阅读对大学生英语阅读能力的影响研究[A] 2023 年第六届智慧教育与人工智能发展国际学术会议论文集(第三卷)[C]. 香港新世纪文化出版社, 香港新世纪文化出版社有限公司, 2023: 2.
- [4] 陈美如. 电子档案袋评价对大学生英语写作自主学习能力的研究[D]. 北京第二外国语学院, 2023.
- [5] 刘琼, 甄玲. 自我效能感对大学生英语自主学习能力的研究——以学习投入为中介作用[J]. 西南交通大学学报(社会科学版), 2021, 22(06): 71-81.