

《同一场 JLPT，不同的大脑：母语、汉字、时间压力与考试表现的心理机制》

基于 JLPT 官方结构、日语二语实验与二语认知研究的数据型综述

Vibepapa Research | 2026 年 8 月

摘要

JLPT 分数通常被理解为日语能力的量化结果，但考试表现并不只由“知道多少日语”决定。母语结构可以促进某些语法意义的理解，也可能让另一些结构持续成为薄弱点；汉字背景能够促进视觉词汇识别，却也会制造“看起来认识”的语义干扰；阅读表现与词汇、语法、解码、工作记忆、推理和元认知等因素相关；而 JLPT 的严格限时结构又要求考生在知识调用之外管理注意力和时间。本文综合 JLPT 官方考试结构、日语二语学习实验以及更广泛的二语心理语言学研究。核心结论并不是“某一种母语更适合考 JLPT”，而是：语言距离是多维的，不同母语会让考生通过不同的认知路径完成同一份试卷。本文区分 JLPT 官方考试结构证据、日语二语实验与一般二语证据，并避免把非 JLPT 研究中的相关系数直接当作 JLPT 的效应量。

核心研究问题：在日语知识之外，母语迁移、汉字加工、阅读认知、焦虑与时间分配，在多大程度上可能塑造 JLPT 的实际考试表现？

证据使用规则：JLPT 官方资料只用于说明考试要求与时间结构；日语二语实验用于支持日语加工机制；一般二语研究只用于解释可能机制，其效应量不被当作 JLPT 分数效应。

一、为什么 JLPT 同时也是一项认知任务

JLPT 并不是无限时间的语言诊断。2026 年，N1 的“语言知识（文字、词汇、语法）+ 阅读”共用 110 分钟，听力 55 分钟；N2 分别为 105 分钟和 50 分钟。N3-N5

会进一步把词汇与语法/阅读拆分，但全部等级都有明确时间上限。尤其是 N1/N2，官方没有在 110/105 分钟内部规定“词汇必须用几分钟、语法几分钟、阅读几分钟”，因此微观时间分配实际由考生自行完成。[1]

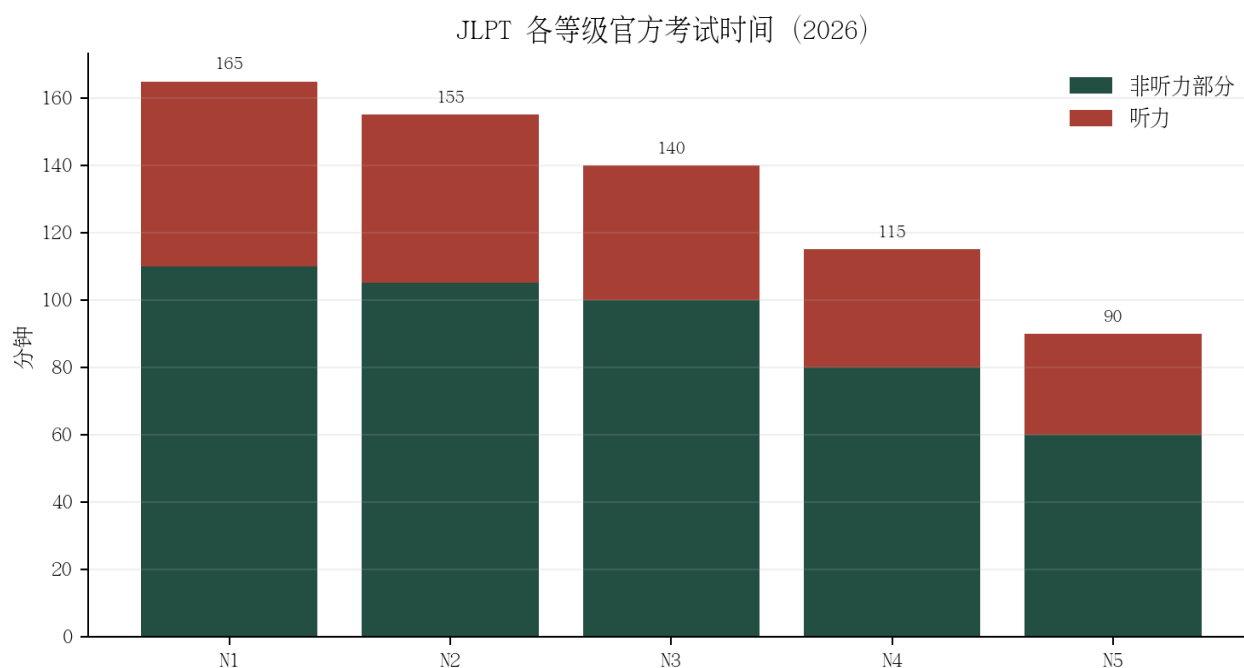


图 1 JLPT 2026 各等级官方考试时间。绿色为全部非听力考试时间（N3-N5 为多个书面科目相加），朱红色为听力；N1/N2 的语言知识与阅读共享一个非听力时间段。资料来源：JLPT 官方。[1]

阅读题本身也不是单一任务。JLPT 官方对 N1/N2 各题型的说明强调了不同操作：理解局部内容、把握因果或概要、跨文本比较与整合、抓住整体意图，以及从实用资料中快速检索信息。文本长度只是题目属性之一，不能直接当作认知难度的替代指标；事实上，N1 与 N2

多个题型的名义长度本来就接近，用长度比较等级难度并没有足够解释力。[2][3]

JLPT N1/N2 阅读不是单一能力：不同题型要求不同加工操作

JLPT 阅读任务	官方所测操作	主要加工重点
短篇理解 (N1/N2)	理解短文本的内容	局部意义 + 快速解析
中篇理解 (N1/N2)	把握因果、理由、概要或作者观点	关系建构
长篇理解 (仅 N1)	跨较长文本把握概要或作者观点	整体连贯建模
综合理解 (N1/N2)	比较并整合多篇文本	跨文本整合
主旨理解 (N1/N2)	把握整体意图与核心观点	整体立场 + 抽象概括
信息检索 (N1/N2)	从广告、手册、商务资料等提取必要信息	选择性扫描

图 2 JLPT 阅读题型所要求的加工操作并不相同。本图根据官方题型目的整理，是概念结构图，不是量化难度等级；文本长度本身不能用来给这些任务排序难度。[2][3]

二、母语：不是一种“总优势”，而是多条迁移通道

母语可以通过词汇、文字、句法、语义和音韵影响日语加工，因此把“日语与某语言有多接近”压缩成一个距离值会过度简化。一个学习者可能在文字上离日语很近，在语法或声音系统上却很远。

2.1 语法迁移：控制日语语法水平后的韩语-中文比较

Saito 与 Tamaoka 将 48 名韩语母语者和 48 名中文母语者配对，使两组总体日语语法能力尽量一致，再测试日语「から」的三个语义域：内容域（理由）、认识域（判断）和言语行为域（前提）。韩语拥有与日语相对应的三个扩展域，而中文缺少同样的言语行为域扩展。结果显示，两组在前两个领域得分相近，但在“前提”用法上出现明显分化。母语×语义域交互作用的偏 $\eta^2=.16$ ；单看“前提”领域，母语差异的偏 $\eta^2=.32$ 。[4]

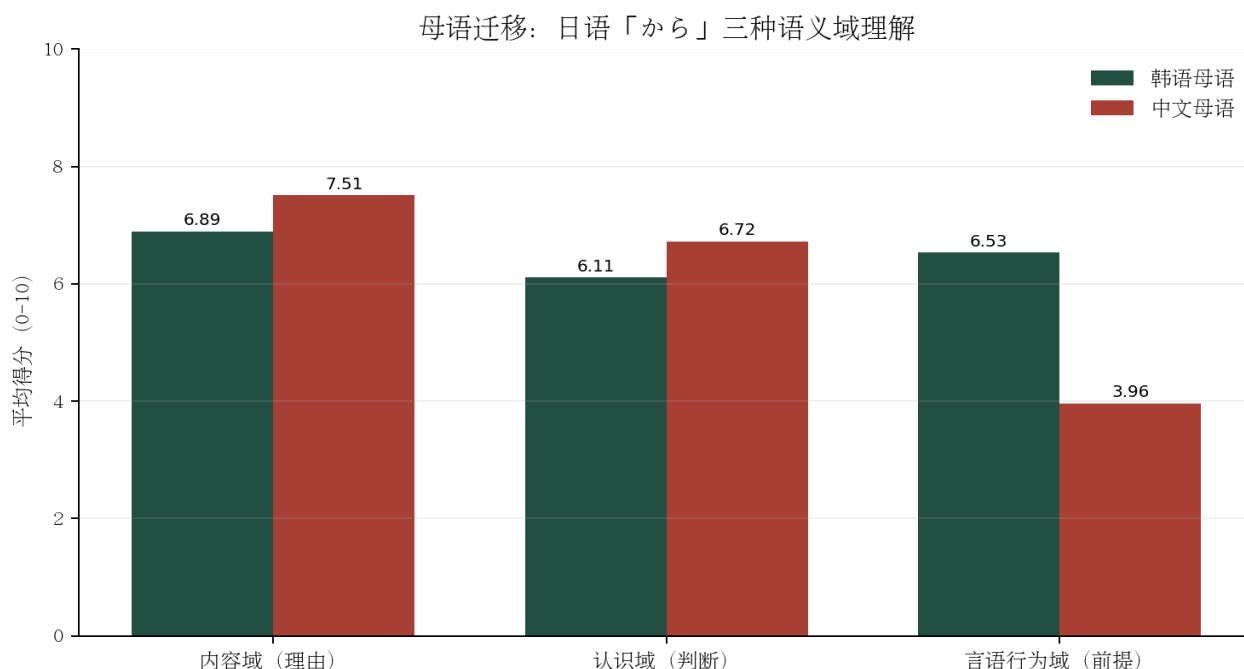


图 3 日语「から」三种语义域的平均理解得分，N=96。差异集中在言语行为/前提用法，而不是所有语法题都由韩语母语者占优。[4]

这正说明不能简单写成“韩语母语更容易做 JLPT 语法”。更严谨的结论是：当目标语言的某个语义-句法映射在母语中已有对应结构时，学习和即时理解可能更省认知资源；当母语缺少该结构时，即使总体语法水平相近，该特定结构仍可能成为选择性弱点。另一项日语阅读研究也发现母语背景会改变未知词推测所调用的知识来源：中文母语者更依赖词汇知识，韩语母语者同时使用词汇与语法知识，而且与语法知识的关系更强。[5]

三、汉字：既是认知捷径，也是认知陷阱

对中文背景学习者而言，汉字是最明显的正迁移来源。但同一个机制也可能激活不合适的中文词义或读音。因此真正值得研究的不是“认识汉字/不认识汉字”，而是促进效应与干扰效应如何同时存在。

3.1 汉字优势覆盖的词汇规模非常大

一项中日汉字词数据库研究对 20,000 个高频日语词进行了分类：汉语来源词约占 50%；其中约 70% 与现代中文同形，即约占全部高频词的 35%。在 7,074 个同形词中，82% 的字形与词义都相近，但仍有 18% 的词义部分或完全不同。换句话说，大约每 5-6 个“看起来和中文一样”的高频日语词中，就有 1 个存在显著语义偏差风险。[6]

汉字知识的“优势区”与“误导区”

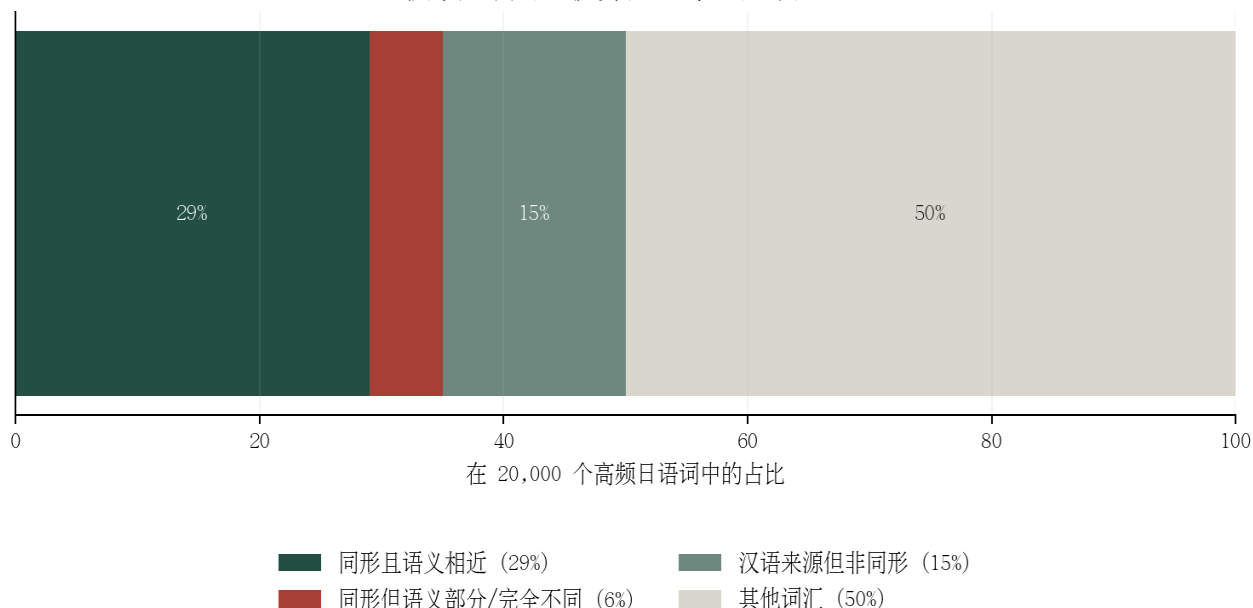


图 4 20,000 个高频日语词中的中日汉字关系。约 6% 的全部高频词属于“同形但语义部分/完全不同”，数量并不小，足以形成系统性的“熟悉感误判”。[6]

3.2 实验数据：书写相似性对“理解”的帮助尤其明显

孟盈的研究比较了中文母语中级学习者（CLJ， $n=46$ ）与日语水平匹配的印尼语母语学习者（ILJ， $n=29$ ），材料为单汉字和语动词。对于“同义同形”项目，CLJ 的产出正确率为 67.76%，ILJ 为 43.40%；到了“同义异形”项目，两组几乎相同（40.70% vs 41.64%）。理解测试中，同义同形项目 CLJ 得 10.70/11（97.27%），ILJ 8.00/11（72.73%）。CLJ 内部“同形 vs 异形”对理解的效应量 $\eta^2 = .62$ ，而同义同形项目的母语组间效应 $\eta^2 = .50$ 。[7]

书写相似性如何改变日语汉字词表现

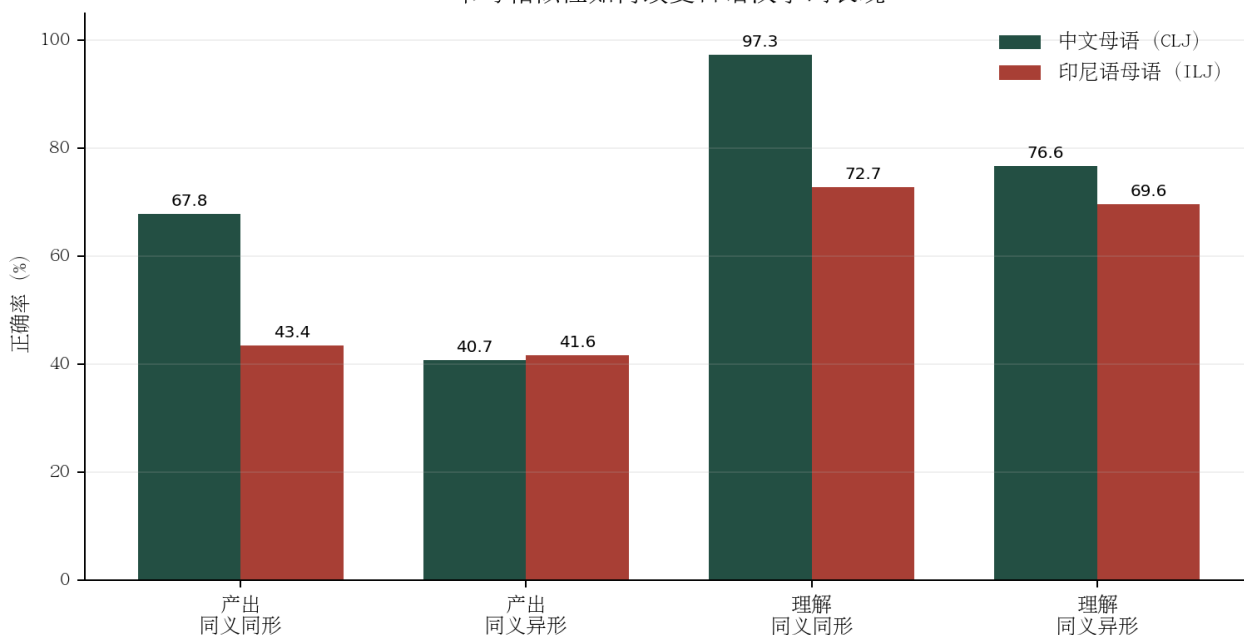


图 5 中文母语与印尼语母语学习者在单汉字和语动词上的表现。理解测试原始分数为 11 分制，图中换算成百分比以便横向比较。[7]

这个结果揭示了一个很重要的不对称：汉字熟悉度可以让“看懂”和词义提取非常高效，但并不会自动转化为同等强度的日语产出控制。研究中还观察到母语词汇竞争导致的误答，即考生受到中文汉字联想推动，产出了一个在汉字上合理、但在当前日语语境中错误的动词。[7]

3.3 视觉优势不等于听力优势

对中文母语日语学习者的听觉词汇判断研究发现，中日字形相似性即使在“听到词”时也可能产生促进，但音韵相似性在部分条件下反而出现抑制效应；同形异义词研究也显示，中文概念表征会被共同激活。另有同音判断实验发现，中文母语学习者的日语汉字音韵控制过程与日语母语者并不完全相同。[8][9][10]

因此，更严谨的说法是：视觉汉字加工中的促进效应不能直接外推为所有 JLPT

模块的整体优势，尤其不能假定它会等比例转化为听觉加工优势。

四、阅读：多种认知能力在同一题里汇合

阅读是词汇、语法、解码、工作记忆、推理、篇章一致性和时间压力最容易同时发生的地方。Jeon 与 Yamashita 的元分析发现，二语篇章阅读与语法知识的汇总相关为 $r=.85$ 、词汇知识 $r=.79$ 、解码能力

$r=.56$ ；元认知的汇总相关较小，为 $r=.32$ 。[11] 另一项 2022 年工作记忆元分析覆盖 74 项研究、228 个相关系数，得到工作记忆与二语阅读的总体相关 $r=.30$ 。[15]

更新版阅读成分综述也继续支持“二语阅读是多成分系统”的观点。[12]

这些都是双变量相关，不代表彼此独立的因果贡献，也不能把几个相关系数相加当成解释率。

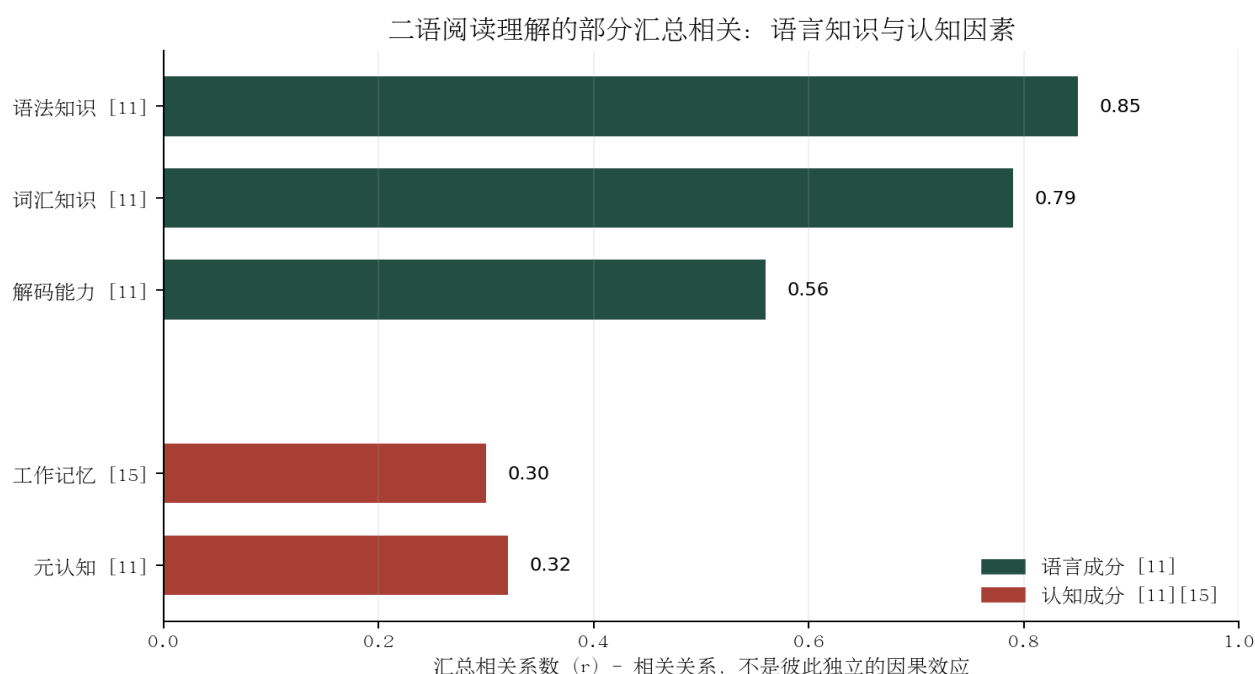


图 6 二语阅读理解的部分汇总相关。语法、词汇、解码来自同一项 2014 元分析；工作记忆来自 2022 年更大范围的元分析；元认知在 2014 元分析中属于证据量较低的成分。图中数值不能理解为彼此独立的效应，也不是 JLPT 专属效应量。[11][15]

放到 JLPT 中，一个阅读题答错可能来自完全不同的瓶颈：不认识关键词、语法结构误判、无法在长句中保持主语/指代、推论方向错误、丢失作者总体立场，或者单纯因为时间耗尽。JLPT N1/N2 官方题型同时要求局部理解、整体理解、跨文本比较和信息检索，因此“阅读分数”本身就是多个过程的汇总结果。[2][3]

五、时间压力、工作记忆与焦虑

一项很适合解释“限时阅读心理”的研究于 2025 年在线发表，并收录于 2026 年卷，对象为 96

名匈牙利中学生的英语二语阅读。它不是 JLPT 研究，因此不能把效应量直接套到日语考试；但它同时测量了母语阅读、工作记忆、阅读焦虑、时间/作答焦虑、正确率和完成时间，非常适合作为机制证据。[13]

工作记忆（倒背数字广度）每提高 1 个标准差，与答对二语阅读题的优势比 $OR=1.16$ 相关；母语阅读理解每提高 1 个标准差，对应 $OR=1.07$ 。相反，阅读输入焦虑每提高 1 个标准差，对应的答对优势比约为

$OR=0.68$ ；时间/作答焦虑约为 $OR=0.72$ 。该模型的条件 R^2 为 23.76%，固定预测变量单独对应的边际 R^2 为

5.63%；两者差额反映参与者/题目随机效应。[13]

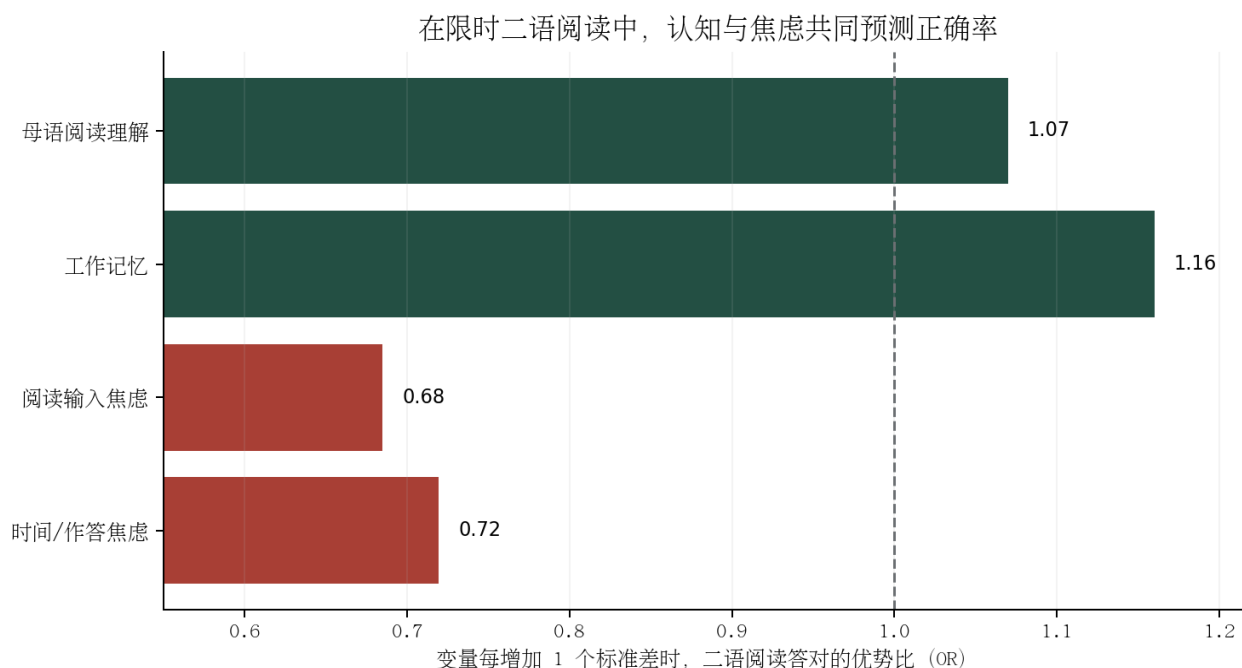


图 7 限时二语阅读研究中的优势比 (N=96)。OR>1 表示与更高正确概率相关，OR<1 表示与更低正确概率相关。这里用于说明认知机制，不应当视作 JLPT 的效应量。[13]

同一研究还发现，二语阅读成绩、母语阅读成绩以及时间/作答焦虑能够显著预测完成时间；第一个回归模型解释了 14% 的阅读用时差异。阅读相关焦虑越高，完成速度越慢。[13] 对于 N1/N2 的共享非听力时间段，这提示一种可能的反馈关系：较高焦虑与较慢完成同时出现，进而可能强化主观时间压力。但现有研究并没有在 JLPT 考生中证明这一因果循环。

5.1 焦虑不是简单的“紧张”

Zhang 的 2019 年元分析汇总了 55 个独立样本、10,228 名参与者，发现外语焦虑与语言表现总体相关 $r=-.34$ 。分领域结果中，听力焦虑与听力表现的负相关最强 ($r=-.53$)；总体焦虑-表现关系在不同熟练度群体中大体保持稳定。[14] 这一结果与“资源竞争”解释相一致：担忧与自我监控可能占用注意力和工作记忆资源；但该元分析本身证明的是相关关系，而不是唯一的因果机制。

关键量化证据汇总

发现	数值	证据范围
N1 非听力 / 听力时间	110 / 55 分钟	JLPT 官方 [1]
N2 非听力 / 听力时间	105 / 50 分钟	JLPT 官方 [1]
韩语 vs 中文「から」前提用法	6.53 vs 3.96 /10	日语二语实验 [4]
同形日语词中的语义偏差	7,074 个同形词中的 18%	词汇数据库 [6]
CLJ vs ILJ 同义同形理解	97.27% vs 72.73%	日语二语实验 [7]
阅读与语法知识	$r=.85$	二语元分析 [11]
阅读与词汇知识	$r=.79$	二语元分析 [11]
阅读与工作记忆	$r=.30$	74 项研究 / 228 个相关 [15]
外语焦虑与表现	$r=-.34$	55 样本, >10,000 人 [14]
时间/作答焦虑与正确率	每 +1SD, $OR\approx 0.72$	限时二语阅读, N=96 [13]

六、一个更完整的 JLPT 考试心理模型

综合以上证据，更合理的框架不是“语言能力 vs 心理因素”二选一，而是多个层次叠加：

层次	机制	可能在 JLPT 中表现为	证据强度
母语迁移	母语已有/缺失语法与语义映射	特定语法意义加工更快或更慢	日语二语证据（韩语/中文母语）
文字迁移	汉字字形与词义共同激活	更高效的词汇识别；熟悉感误判	日语二语证据（主要为中文母语）
音韵迁移	L1/L2 声音表征相互作用	听觉词识别不一定复制视觉汉字优势	日语二语证据（中文母语）
阅读结构	词汇+语法+解码+推理	不同瓶颈可能形成同一个“错题”	一般二语元分析证据
工作记忆	暂存并整合前后信息	容量限制可能约束跨句与篇章整合	一般二语元分析证据
元认知	判断难度、是否跳题、何时返回	N1/N2 共享时间段中的分配差异	一般二语证据 + JLPT结构推论
焦虑	担忧/时间威胁与表现相关	二语研究中表现较低、完成较慢	一般二语元分析 + 限时研究

因此最稳妥的表述是：JLPT 表现不是“纯语言知识”，而是语言能力在特定母语背景、认知加工路径和时间限制下被呈现出来的结果。不能据此说 JLPT 主要在考心理素质；但同样不能假设两个底层日语知识完全相同的人，在加工速度、焦虑和时间策略不同的情况下必然得到相同分数。

七、对备考与后续研究的启示

对考生：备考应该先诊断“瓶颈”而不是只增加总学习时长。中文背景学习者尤其要训练中、日同形异义词、假名/音韵和语境限定意义，不能把汉字熟悉感当成掌握；非汉字圈学习者可能需要更有意识地训练文字识别自动化。韩语背景可以利用部分结构相似性，但本文证据只涉及特定结构，不能外推成所有语法都有优势。所有群体的备考都应包含限时阅读，把“不会”与“做不完”分开训练。

对模拟考试系统：如果匿名且经用户同意地记录母语、单题耗时、回看次数、改答案、题目位置和模块正确率，未来就可以真正检验：汉字背景是否显著缩短文字词汇题耗时；特定母语是否改变某些语法错误类型；控制题目难度后，后半场错误率是否上升；时间压力是否与母语、等级产生交互作用。

对研究：当前最大的证据缺口是缺少真实 JLPT 考生的题目级反应时间与母语数据。下一步最有价值的不是继续做“哪个国家考得更好”的横向比较，而是设计预注册、多母语、匹配日语水平和题目难度的 JLPT-like 实验。

八、局限

本文是结构化文献综述，不是 JLPT 考生的元分析。多项日语二语实验样本量有限，而且研究对象往往是特定语法结构或特定汉字词；阅读和焦虑部分的大样本证据主要来自一般二语研究，其效应大小不能直接等同于日语。相关关系也不能证明因果：可能是阅读弱导致焦虑，也可能是焦虑降低阅读表现，或者两者互相强化。最后，“中文母语”“韩语母语”等标签不应被当作固定的心理类型；每个群体内部都存在教育背景、方言、双语经历和熟练度差异。

结论

同一场 JLPT，对不同学习者可能施加不同的加工成本。汉字知识能够降低视觉词汇加工成本，同时也可能带来语义和音韵干扰；韩语与日语的结构相似性可以促进某些具体语法映射，而母语中缺失的结构则可能成为选择性难点。阅读虽然与词汇和语法高度相关，其表现也与解码、工作记忆、元认知和焦虑等因素相关。再加上 JLPT 的严格限时，以及 N1/N2 把语言知识和阅读放在同一个共享时间预算中，考试表现也可能反映一定程度的自我调节差异。最合理的理解不是“JLPT 被心理因素污染了”，而是：任何语言能力都只能通过一个有母语历史、有认知限制、并面对时钟的大脑被观察到。

参考文献

- [1] 日本国际交流基金会、日本国际教育支援协会 (2026) : JLPT 各等级考试科目、时间与题型。 <https://www.jlpt.jp/e/guideline/testsections.html>
- [2] JLPT 官方: N1 Purposes of Test Items。 https://www.jlpt.jp/e/guideline/pdf/n1_e_revised.pdf
- [3] JLPT 官方: N2 Purposes of Test Items。 https://www.jlpt.jp/e/guideline/pdf/n2_e.pdf
- [4] Saito, N. & Tamaoka, K. (2021) : Comprehension of the Japanese Non-reason -kara Clause. *Studies in Language Sciences*, 19, 35-47. https://doi.org/10.34609/sls.19.0_35
- [5] 山方纯子 (2008) : 《日本語学習者の文本理解中对未知词意义的推测——L2知识与母语背景的影响》, 《日本語教育》139, 42-51。 https://doi.org/10.20721/nihongokyoiku.139.0_42
- [6] Matsushita, T. 等 (2020) : Development and Application of a Database of Japanese Kanji Vocabulary in Contrast to Chinese, 《日本語教育》177。 https://www.jstage.jst.go.jp/article/nihongokyoiku/177/0/177_62/_article/-char/en
- [7] 孟盈 (2021) : 中国语母语日本語学習者の单汉字和语动词习得研究——与印度尼西亚语母语学习者比较, 《日本語教育》178, 185-199。 https://doi.org/10.20721/nihongokyoiku.178.0_185
- [8] Fei, X.-D. & Matsumi, N. (2012) : Auditory Recognition of Japanese Kanji-words in Proficient Chinese Learners of Japanese. https://doi.org/10.20677/csssej.11.0_1
- [9] Tome, M. (2015) : Auditory Recognition of Chinese-Japanese Homographs in Chinese Learners of Japanese. https://doi.org/10.34569/sis.14.0_27
- [10] Ma, D. & Morita, A. (2020) : The effects of articulatory suppression on the homophone judgments of Kanji words by Chinese learners of Japanese. https://doi.org/10.11431/secondlanguage.19.0_57
- [11] Jeon, E. H. & Yamashita, J. (2014) : L2 Reading Comprehension and Its Correlates: A Meta-Analysis. *Language Learning*, 64(1), 160-212. <https://doi.org/10.1111/lang.12034>
- [12] Jeon, E. H. & Yamashita, J. (2022) : L2 reading comprehension and its correlates: An updated meta-analysis. <https://doi.org/10.1075/bpa.13.03jeo>
- [13] Kormos, J. (2026) : The role of first language skills, working memory, and anxiety in second language reading. *Studies in Second Language Acquisition*, 48, 19-41. <https://doi.org/10.1017/S0272263125101010>
- [14] Zhang, X. (2019) : Foreign Language Anxiety and Foreign Language Performance: A Meta-Analysis. *The Modern Language Journal*, 103(4), 763-781. <https://doi.org/10.1111/modl.12590>
- [15] In'nami, Y., Hijikata, Y. & Koizumi, R. (2022) : Working Memory Capacity and L2 Reading: A Meta-Analysis. *Studies in Second Language Acquisition*, 44(2), 381-406. <https://doi.org/10.1017/S0272263121000267>