

大学英语网络自主学习模式中的元认知培训

王艳飞, 龚红旗, 张 炜

(河北工程大学 文学院, 河北 邯郸 056038)

[摘 要]随着大学英语教学改革的深入, 大学英语网络自主学习模式已经在全国各地高校逐步建立起来。研究表明, 网络自主学习者的成功与否在很大程度上取决于其元认知水平的高低。因而, 对大学英语网络自主学习者进行有针对性的元认知培训势在必行。元认知培训包括元认知知识培训和元认知策略培训两部分。在网络自主学习环境中, 元认知培训的途径主要有三种: 讲座、融合元认知策略的在线活动和形成性评估体系。

[关键词]网络自主学习; 元认知; 培训; 大学英语

[中图分类号]H319 **[文献标识码]**A **[文章编号]**1673-9477(2010)02-0066-04

元认知 (metacognition) 最早是由美国心理学家约翰·弗拉维尔 (J. H. Flavell) 于二十世纪七十年代提出来的, 之后其内容得到中外学者的扩充和发展, 并很快成为学习策略研究的重要内容。

弗拉维尔认为, 元认知一般指任何以认知过程和结果为对象的知识, 或者是任何调节认知过程的认知活动, 其核心意义是对认知的认知 (Flavell 1985)。元认知实质上是个体以自身认知活动为对象的认识, 是对自身认知活动的自我意识、自我体验、自我调节和自我监控。

大量研究证明, 元认知能力对于语言学习者有着极为重要的意义。O'Malley & Chantot 发现, “学习者的学习是否成功在很大程度上取决于元认知策略使用的成败” (O'Malley J. M. & Chantot 1990)。文秋芳的研究也表明, 英语学习成功者与不成功者在元认知策略的使用方面存在着很大的差异: 前者使用元认知的意识比较强, 英语学习富有计划性和主动性; 后者使用元认知的意识比较淡薄, 英语学习处于盲目、被动的状态 (文秋芳, 1996)。

我国的大学英语教学正在经历一场全面而又深入的改革, 一种新型的、以现代信息技术特别是网络技术为支撑的大学英语自主学习模式正在各地高校逐步建立起来。新的学习模式注重学习者个性化学习方法的形成和自主学习能力的发展, 以适应我国社会发展和国际交流的需要。自主学习是指学习者在学习过程中“能够对自己的学习负责”, 学习者需要自主进行以下决策活动: (1) 确定学习目标; (2) 决定学习内容和进度; (3) 选择学习方法和技巧; (4) 监控学习过程; (5) 评估学习效果 (Holec, 1981), 这些正是元认知的主要内容。

在网络自主学习环境中, 元认知更是起着举足轻重的作用。不少学习者在学习材料的选定、学习时间的安排方面缺乏计划; 在面对困难时, 不会运用网络寻找答案或求助于教师及同学; 在学习过程中, 很多学习者自控能力差, 难以抵制网络的诱惑, 对学习缺乏监控

和评价 (覃新宇, 2008)。因此, 为了实现成功的网络学习, 在网络环境中对学习者的元认知培训势在必行。

Flavell 认为元认知包括两部分——元认知知识和元认知策略。因此, 对学习者的元认知培训亦需要在这两方面进行。

一、元认知知识的培训

元认知知识是有关认知的知识, 指个体所存储的既和认知主体有关又和各种任务、目标、活动及经验有关的知识片断。它能够激活和引导个人管理, 从而引起新的元认知体验 (Flavell 1979)。元认知知识是使用元认知策略的先决条件。

林璐 (2008) 对其所在学校 06 级 108 名非英语专业的学生进行了元认知知识和监控方面的问卷调查, 发现学习者关于学习任务的知识、策略的知识等比较匮乏, 而这些正是元认知知识不足的表现。因此, 在指导学习者应用元认知和认知策略之前, 很有必要向他们传授元认知知识。

元认知知识包括三个方面: 关于认知个体的知识, 关于认知任务的知识, 以及关于元认知和认知策略的知识 (Flavell 1979)。

1. 关于认知个体的知识

关于认知个体的知识, 指认知个体关于自己及他人作为认知加工者在认知方面的某些特征的知识。在网络自主学习环境中, 学习者应了解自身的认知特点、个性、兴趣、学习方式以及在语言学习中的优势和弱点, 从而使他们能够在学习中选择恰当的学习资料、制定科学的学习计划, 从而充分发挥个人优势。

2. 关于认知任务的知识

关于认知任务的知识指关于认知任务的性质、目的及要求的知识。Ellis 认为“学习者对语言和语言学习越了解, 越能有效的管理他们的学习” (1989: 2)。在网络自主学习环境中, 学习者应该了解每学习单元的目标和重点, 知道网上学习的特点和难点, 学会在线学习所需的技巧, 如文字处理、在线交流、信息查询等等,

[收稿日期] 2010-04-20

[基金项目] 河北省教育厅 2009 人文社科项目 (编号: S090359)

[作者简介] 王艳飞 (1981-), 女, 陕西渭南人, 讲师, 硕士, 研究方向: 教育学。

缺乏这些技巧会成为他们进行网络学习的障碍(庄志象, 2005)。

3 元认知和认知策略的知识

元认知和认知策略知识,即关于元认知策略、认知策略及其有效运用的知识。Pressley et al认为,在进行策略培训的时候,与那些只是简单地被告知使用策略的学生相比,那些被告知策略在其实现任务或达到目标中所起作用的学生更可能继续使用策略(Pressley, Borkowski & O'Sullivan, 1984)。朱晔(2005)指出网络环境下最显著和亟待解决的问题,就是如何帮助英语学习者了解并采取合理的语言学习策略,以改善其英语网络学习的效果。网络环境下学习策略缺失的具体表现有:(1)缺乏有效的英语网络学习手段,学习缺少计划性和系统性;(2)缺乏解决问题的手段和方法;(3)学习准备不足,导致学习心理问题严重(朱晔, 2005)。事实上,这些学习策略的缺失正是第一生产力策略知识掌握不足所导致的。

只有当学习者对自身、对认知对象和必要的认知策略以及元认知策略有了清晰的了解,他们才能够在网络学习中取得丰硕的成果。因此,在网络学习环境下,首先应该培养学习者的元认知知识。

二、元认知策略的培训

对元认知知识的了解只是网络学习成功的先决条件而不是全部。教师还必须帮助学习者在学习中熟练应用元认知策略,如计划策略、监控策略和评价策略。

1 计划策略

计划是指明确学习任务,对成功完成任务的方法等因素进行组织计划(O'Malley, J. M., & Chamot 1990)。计划活动包括建立学习目标、设定学习程序、选择学习策略、分配学习资源、预计学习时间等等。计划对学习者来说至关重要,是学习者——尤其是网络学习者——学习的指导方针。网络学习有如下特点:老师和学生不处于同一个空间,同步学习与异步学习并行,学习工具多样化,学习资料丰富等等(McComack and Jones 1998 cited in Astleitner 2003)。在这种环境下,没有教师的指导,学习者往往在众多的选择面前迷失方向。

刘洋(2006)发现,许多学习者都不会为学习作计划,没有明确的学习目标,不知道如何选择合适的方法,结果往往被无关的信息干扰,造成网络学习效率低下等问题。

为了制定全面、细致、科学的计划,关键是要有效地使用和控制个人的注意力,合理分配学习资源,科学地设计完成任务需采取的步骤,选择设定合适的学习强度或速度。

2 监控策略

监控是指评价对现行的任务所付出的注意力,并实施监督。监控在网络学习中的作用至关重要,因为在网络环境中,学习者在面对海洋般的知识而不知道如何取舍时,很容易受到娱乐视频、游戏等各种与学习无关的信息的影响。更糟的是,他们身边没有监督者提醒他们偏离了学习。如果这样的问题持续下去,他们往往会放弃解决问题的尝试并最终放弃学习。因

此,在网络学习环境中,学习者必须调用监控策略,经常检查他们是否理解了学习资料,是否在遵循学习计划,学习进度的设置是否合适,使用的学习策略是否有效等等。监控策略能够帮助他们及时调整学习策略,适时地采取措施解决学习中遇到的问题。

3 评估策略

评估指在完成学习任务后,学习者对自身学习任务的执行和完成情况进行评价和思考(O'Malley & Chamot 1990)。教师应该鼓励学习者经常反思其自身能力提高的程度、参加网上学习活动的主动性、使用认知策略的意识和使用这些策略的有效性。在网络学习环境中,系统的评估方法不仅能够帮助学习者认识到学习过程中存在的问题,还可以帮助他们发展必要的技巧和策略。评估还能增加学习者的信心,对出现的问题进行评价和改正也有助于完善他们的认知策略。

三、元认知培训的主要途径

到目前为止,为了培训语言学习者的元认知,语言教学研究者设计出了各种各样的培训方法。在网络学习环境中,主要采用的方法有三种:(1)讲座;(2)融合元认知策略的在线活动;(3)形成性评估体系。

1 讲座

讲座是一种古老而且至今普遍流行的教学方法。它的特点是能够简单、系统、高效地传递大量的信息。在学习者进行网络学习之前,教师可以做一两次的讲座,使学生了解元认知知识,帮助他们理解个人的认知特点,语言学习的目标,以及网络学习的特点、所需的技术和在网可以从事的各种学习活动。最主要的是,教师应设法使学生熟悉他们在在线学习中可以使用的多样的认知策略和元认知策略,尤其是要强调元认知策略使用的意义。一旦学习者开始了在新的学习领域的探索,教师必须观察他们的学习活动,每周安排必要的讲座,讲授更多关于元认知的知识,化解学生关于元认知的疑虑和问题,帮助学生评估和调整他们的认知策略和元认知策略,从而帮助他们在网络学习活动中熟练地使用这些策略。

2 融合元认知策略的在线活动

Cohen指出意识培训和知识培训“也许并不能给学习者提供足够的信息和策略练习,从而使他们能够完全自主的指导学习过程”,很多学习者“可能在面对各种策略时,不知道何时、如何使用它们”。我们需要将策略培训与日常的语言学习活动结合起来,使学习者在语言学习活动中练习并且巩固这些策略,尤其是元认知策略,这样学习者才能逐渐掌握这些策略,提高元认知水平,改善自主学习的能力。

事实上,网络学习平台提供了各种各样的学习活动,如通告、在线作业、论坛、提问等等,这些都可以用来有效地培养网络学习者的元认知能力。

每学期开始,教师可以将该学期的教学大纲以在线通告的形式贴在网络上,使学习者了解该学期的学习目标、要求和任务安排,从而帮助他们制定个人的学期计划。在每个单元的学习中,具体的课程学习建议

和要求可以列在相应的通知里,比如说,分析文章的结构和写作风格,总结课文大意,弄明白关键词、词组的意思和用法,甚至探索文章的背景信息。在学期中,可以设计一些在线通知来提醒学生他们预期应取得的进步,以便帮助他们修订个人的学习计划。通过以上的做法,学习者就能够逐渐地学习直至最终掌握元认知策略中的计划策略。

在线作业是学习者练习监督策略和评估策略的有效途径。每单元的在线作业可以帮助学生检查他们是否完成了计划、计划是否恰当、他们的学习成效如何、认知策略是否适当等等,从而提高他们的监督和评估策略水平。

论坛是教师和学习者自由发表观点的地方。教师可以提出与元认知相关的话题从而强化学习者的元认知意识,也可以提供关于元认知策略的必要的指导,了解学习者的元认知水平,减轻他们元认知使用中的困难。

提问是学习者在元认知方面遇到麻烦时求助的途径。教师应该鼓励学习者时常反思自己的元认知知识和对元认知策略的使用情况,在遇到疑惑或困难时提出问题。这样,学习者不仅能够提高他们的元认知知识,而且还能完善他们的元认知策略。网络中丰富的资源也能用于帮助学习者培训元认知。当选择恰当的学习资料时,可以培养计划策略和评估策略,而监督策略可以用来保持注意力,使他们不会被与学习无关的资料干扰。

3 形成性评估的运用

形成性评估是由美国教育评论家 G. F. Scriven 首次提出的。它是一种注重“过程的”、以人为本、关注学生“全面发展”的评估理念。它注重素质教育,强调对创新能力和动手能力的培养。关于它的定义多种多样。Black and William (1998a: 7)把形成性评估定义为:教师和学习者——为了获得反馈,从而改进教学和学习活动——所进行的所有活动。Sadler (1989)声称,形成性评估应该是学习者具备的必要的评估手段,用以管理他们的学习,如:清楚地了解他们的学习目标,明白目前的学习状态,最终了解存在问题和解决的办法。形成性评估就其本质上来讲,是通过多种评估手段和方法,比如批改家庭作业和课堂练习等等对学生日常学习过程中的表现、所取得的成绩以及所反映出的情感、态度、策略等方面的发展做出评估,旨在“确认学生的潜力,激励学生学习,培养学生的自主学习能力,帮助学生有效调控自己的学习过程,使学生获得成就感,增强自信心,培养合作精神”(刘秀芳, 2008)。

形成性评估可以由教师、学习者自己、同班同学等在课内或课外进行。在网络学习环境中,当建立学生成绩簿的时候,老师可以将以下因素加入评估之中:学生上网学习的频率,网上学习的时间,对课程的贡献,论坛中的活跃性,在线作业及课后作业的完成情况,学习进度,课外阅读,访问学习资源的多少等等。形成性

评估不仅在提高学生的元认知知识方面非常有效,而且也可以形成、改进和提高他们的元认知策略。

四、结语

“授之以鱼,不如授之以渔”。在网络自主学习环境中,学习者才是学习的主体。作为主导者,教师应该教会他们如何学习。因此,在网络自主学学习环境中,培养学习者的元认知意识、提高他们元认知策略的使用水平是每个教师的首要任务。

[参考文献]

- [1] Astleitner H. Web-based Instruction and Learning [A]. In N. Nistor, S. English & S. Wheeler (eds). Towards the Virtual University - International On-line Learning Perspectives [C]. Greenwich CT: Information Age Publishing, 2003: 37-63.
- [2] Black, P. J. and William, D. Assessment in Education [M], 1998: 7-74.
- [3] Cohen, A. D. Strategies in Learning and Using a Second Language [M]. Beijing: Foreign Language Teaching and Research Press, 1998.
- [4] Flavell, J. H. Metacognition and Cognitive Monitoring: A New Area of Cognitive Developmental Inquiry [J]. American Psychologist, 1979: 906-911.
- [5] Harlen, W. Classroom Assessment: A Dimension of Purposes and Procedures [R]. Dunedin: Annual Conference of the NZARE, December, 1998.
- [6] Holc, H. Autonomy and Foreign Language Learning [M]. Oxford: Pergamon Press, 1981.
- [7] O'Malley, J. M. & Chamot, A. U. Learning Strategies in Second Language Acquisition [M]. Cambridge: Cambridge University Press, 1990.
- [8] Oxford, R. Language Learning Strategies: What Every Teacher Should Know [M]. Boston: Heinle & Heinle, 1990.
- [9] Pressley, M., Levin, J. R., & Ghatala, E. S. Memory strategy monitoring in adults and children [J]. Journal of Verbal Learning and Verbal Behavior, 1984(23): 270-88.
- [10] Sadler, R. Formative Assessment and the Design of Instructional Systems [J]. Instructional Science, 1989(18): 119-144.
- [11] 林璐. 大学英语听力元认知知识与监督培训模式初探 [D]. 北京林业大学硕士论文, 2008.
- [12] 刘秀芳, 姚文俊. “以人为本”推进大学英语教学评估方法改革 [A]. 大学英语教学探索与实践 (2) [C]. 上海: 复旦大学出版社, 2008.
- [13] 刘洋. 基于网络平台的大学英语自主学习策略研究 [D]. 江西师范大学硕士论文, 2006.
- [14] 覃新宇. 元认知策略与大学新生网络英语自主学习探析 [J]. 重庆工学院学报, 2008(12): 177-179.
- [15] 文秋芳. 英语学习策略论 [M]. 上海: 上海外语教育出版社, 1996.
- [16] 朱晔. 英语网络学习策略缺失问题及对策 [J]. 外语电化教学, 2005(1): 23-26.
- [17] 庄志象. 全国高校“新理念”大学英语网络教学试点实验研究报告 [M]. 上海: 上海外语教育出版社, 2005.

[责任编辑: 王云江]

(下转第 80 页)

家庭环境(如父母的期望价值),学校以及大众传媒中受到的社会期望可能比女性更高,这一原因可能也是造成主观幸福感差异的原因。

(四)所选择的专业的影响。(在结果分析中已有详细论述)

(五)经济因素的影响。(详见结果分析 3 2 5)

五、结论

在本实验的研究中,运用经过改编的“总体主观幸福感量表”调查问卷对长春市某高校大二 294名在校大学生进行抽样调查,考察了长春市某高校大学生的主观幸福感的基本状况与性别差异,结果经分析显示,当代某高校大二在校大学生主观幸福感的性别差异显著,女性的主观幸福感高于男性。

[参考文献]

[1]杨宜音、张光学等编译《性格与社会心理测量总览》,台北远流出版社,1997

- [2]汪向东(执行主编)《心理卫生评定量表手册》,中国心理卫生杂志增刊,1993
- [3]王玉梁主编《价值与价值观》,陕西师范大学出版社,1988
- [4]金盛华著《社会心理学》,人民教育出版社,1988
- [5]冯俊科著《西方幸福论》,吉林人民出版社,1992
- [6]美国国立统计中心制定《总体主观幸福感量表》
- [7]M. Deneve和H. Cooper(1998): The HAPPY Personality: An Analysis of 137 Personality Traits and Subjective Well-Being. *Psychological Bulletin* 197-229
- [8]郑立新,陶广放. 儿童主观生活满意度影响因素的研究. *中国临床心理学*, 2001, 9(2): 105~109
- [9]辛自强,池丽萍. 快乐感与社会支持的关系. *心理学报*, 2001, 5 442~447
- [10]郑雪,严表宾,邱林. 广州大学生主观幸福感研究. *心理学探新*, 2001 4 46~50
- [11]张河川,李澜仙. 183名高校中年教师身心健康与主观幸福感的相关分析. *中国健康教育*, 1998, 14(3): 13~16
- [12]何瑛. 重庆大学生主观幸福感状况及其影响因素. *重庆师专学报*, 2000 19(2): 35~38

[责任编辑:王云江]

The research on college students' subjective well-Being based on different sexes

SUN Xiao-fei¹, TIAN San-guo²

(1. Keyin College, Hebei University of Engineering Handan 056038, China
2. Guanghua College of Changchun University, Changchun 130117, China)

Abstract Recently, the Subjective Well-Being of the college students draw the social attention. The Subjective Well-Being reflects the human social functions and adaptation, which measures the quality of individual life. This paper introduces the sexual differences into the research of the subjective Well-Being of the college students to further discuss the sexual-oriented happiness.

Key words college students; subjective well-Being; sexual differences

(上接第 68页)

Cultivation of metacognition in the web-based college English autonomous learning approach

WANG Yan-fei, GONG Hong-Qi, KANG Mei, ZHANG Wei

(College of Arts, Hebei Engineering University, Handan 056038, China)

Abstract With the further development of the college English teaching reform, the web-based college English autonomous learning approach has been gradually established in colleges and universities across China. Studies indicate that the success of on-line English learners depends largely on their use of metacognition. Therefore, it is of great necessity to cultivate metacognition purposely among them. The cultivation of metacognition in the web-based autonomous learning environment falls into two parts: metacognitive knowledge cultivation and metacognitive strategy cultivation. And three chief approaches can be adopted for the cultivation: giving lectures, integrating metacognitive strategies into diverse on-line activities, and constructing the formative evaluation system.

Key words web-based autonomous learning; metacognition; cultivation; college English