

大学英语自主学习中元认知策略培训研究

申建军

(南京晓庄学院 外国语学院, 江苏 南京 211171)

摘 要: 元认知策略的使用在很大程度上决定了英语学习者的学习能否成功。通过元认知策略培训提高英语自主学习能力的实证研究表明, 在经过了为期一学期的融入式显性元认知策略培训后, 学习者的自主学习能力有明显的提高, 英语成绩也得到相应的提高。元认知策略培训在大学英语教学及自主学习中具有可行性和有效性。

关键词: 元认知策略; 策略培训; 自主学习能力

中图分类号: H31

文献标识码: A

文章编号: 1009-4970(2012)03-0107-03

收稿日期: 2011-10-15

作者简介: 申建军(1977-), 男, 江苏兴化人, 南京晓庄学院外国语学院讲师。

自 20 世纪 60 年代 Carton 对外语学习推断方法进行了探讨以来, 国内外学者对语言学习策略从不同的角度进行了分类和研究。70 年代, 探讨了学习策略与学习成绩的关系。80 年代, 对学习策略的分类作了进一步的探索。90 年代, 对学习策略的有效性和训练方法进行了大量的研究, 并出版了一些专著。上世纪末至本世纪初, 国内外出现了大量的学习策略训练实验研究, 以及学习策略与听力、阅读、口语、词汇等的相关研究。随着语言学习策略研究的深入与推广, 策略培训是否有效成了有待回答的问题。大量研究认同其在语言学习中的积极影响。Cottrell 认为通过实践和指导, 策略的使用将会成为自动化的行为。但就目前国内的研究来看, 策略训练研究多为某单一策略的训练, 如听力策略、阅读策略、词汇策略、写作策略、口语策略、情感策略等, 而针对提高学生自主学习能力的策略训练相对不多。我国《大学英语课程教学要求》明确指出学习策略为大学英语教学的主要内容之一, 增强学生自主学习能力是教学目标之一。

一、相关理论

(一) 自主学习

“自主学习”这一概念最先由 Holec 于 20 世纪 80 年代提出。Holec 把自主学习定义为“控制自己学习的能力”, 即对自己学习负责的一种能力。自主学习是指学习者自觉确定学习目标、选择学习方法、监控学习过程、评价学习结果的过程, 也就是学习者在学习过程中“能对自己的学习负责”[1]。同

时, 其他学者也提出自己的看法。Little 认为自主学习是学习者“批评性反思、决定、独立行动的能力”^{[1]28}, 而 Dickinson 则认为自主学习“既是一种学习态度, 也是一种独立学习的能力”^{[2]87}。Benson 所持的观点认为语言学习的自主性包括三个方面: “自主学习是一种独立学习的行为和技能, 是一种指导自己学习的内在心理动能, 是一种对自己学习内容的控制。”^{[3]108} 总之, 自主学习就是指学习者能自己确定学习目标, 决定学习内容和进度, 选择学习方法和技巧, 监控学习过程, 评估学习效果, 对自己的学习负责。

(二) 元认知策略

元认知是 20 世纪 70 年代美国发展心理学家 J. H. Flavell 在元记忆的基础上提出来的概念, 它指“学习者以自身的认知系统为认知对象, 对认知过程的自我意识, 自我控制, 自我评价和自我调节”^[4]。根据 Flavell 的理论, 元认知包括元认知知识和元认知策略两个主要部分, 两者相互联系又相互支撑。元认知知识是指“学习者对自身学习过程认知的认识和自我控制管理认知过程的认识”^[5]。元认知策略则是在元认知的理念指导下, 学习者对自身的具学习过程主动地思考, 并对学习进程进行积极有意识的管理, 如制定切合自己的学习目标和学习计划, 监控学习过程, 评估学习过程和结果等。

O'Malley 和 Chamot 根据信息处理模式将学习策略分为元认知策略、认知策略和社交-情感策略。元认知策略是一种高级执行性技巧, 是学习者

利用认知处理的知识,通过对语言学习的规划、监控和评估等手段调节语言学习,是为了成功学习一门外语而采取的管理步骤。O'Malley 和 Chamot 在谈到元认知策略的重要性时说“不懂得元认知方法的学生就是不懂如何反思进步、成就和未来方向的人。”^[6]

二、实验研究

(一) 研究对象和工具

参加本次研究的对象为南京某院校 2009 级非英语专业学生。他们在入学后参加学校组织的英语分级考试,综合高考英语成绩和分级考试成绩后,他们被分为英语水平较高的 A 级班和英语水平中等及以下的 B 级班。笔者选择了所任教的两个 B 级班为研究对象,共 78 名学生,每个班 39 名学生。经过分级分班后,这两个班学生的英语水平基本一致。笔者任意选择其中的一班为实验班,男生 19 人,女生 20 人,在完成教学任务的基础上进行元认知策略培训;另一班为对照班,男生 17 人,女生 22 人,按照教学进度正常授课。

本研究的工具是根据 O'Malley 和文秋芳等学者的研究文献设计的“大学生英语自主学习量表”,包括制订学习计划、创造学习氛围、评估学习效果等,共 33 道题目,量表信度可靠。两套英语水平测试卷都选用了大学英语三级水平测试卷,其信度和效度较高。在策略培训前后,分别用“大学生英语自主学习量表”调查两个班学生的自主学习状况,并且用三级水平测试卷对两个班的英语水平分别进行前测和后测。

(二) 策略培训

对实验班的元认知策略培训为期一学期,共 16 周。培训方法参照 Oxford(1990)的“八步策略培训模式”和 Chamot 以及 O'Malley(1994)的 CALLA (Cognitive Academic Language Learning Approach)模式并结合课堂教学的实际情况,以显性的方式进行。整个策略培训分为四个阶段。第一阶段为期 4 周,主要进行元认知知识讲解和元认知策略介绍,向学生发放学习策略资料,告诉学生他们正在接受策略培训,提高学生的策略意识。第二阶段为期 4 周,指导每位学生制作自己的学习档案。首先结合课堂教学的内容和进度,引导学生分析他们的英语学习状况、优势和弱点。指导每位学生根据自己的实际情况确立英语学习的短期目标和长期目标,制定一学期的学习计划,制作学生学习档案,学习档

案细化到每一周,其中包括学习目标、学习计划、使用过的策略、策略使用效果和学习体会等。第三阶段为期 8 周,主要进行融入式策略教学与训练,这是策略培训的重点。教师根据教学内容和教学目标向学生演示具体策略的使用。例如,预习课文时,标出课文的新单词,通过上下文猜测词义,再通过查字典、词义联想等方法记忆新单词。教师通过有声思维向学生展示具体策略的运用,然后要求学生模仿使用策略,最后教师布置学习任务让学生课后强化策略的运用。以上步骤循环使用,直到学生能熟练掌握所教授的策略,指导学生将自己使用的策略、策略使用的过程和策略使用的结果体会等写入学习档案,评估自己的学习结果。

三、数据分析与结果讨论

实验前后分别用“大学生英语自主学习量表”了解实验班和对照班学生的自主学习情况,量表包括 33 道题目。笔者首先对所得数据进行描述性统计,然后用社会科学统计软件包 SPSS16.0 对实验班和对照班前后测的数据做配对样本 T 检验,所得结果如表 1 所示。

表 1 实验前后实验班与对照班学习自主性统计

		N	平均值	标准差	T 值	P 值双侧
前测	实验班	39	76.95	8.25	-.0225	0.824
	对照班	39	78.24	8.76		
后测	实验班	39	113.11	7.22	7.227	0.000
	对照班	39	80.36	8.53		

从表 1 中可以看出,在元认知策略培训前,对照班的自主学习水平略高于实验班。实验班的自主学习水平平均值为 76.95,标准差为 8.25,而对照班的平均值为 78.24,标准差为 8.76,两个班的自主学习水平无明显差异(P 值为 0.824,大于 0.05)。策略培训后,实验班的自主学习水平大幅度提高,由原来的 76.95 提高到 113.11,而对照班的自主学习水平与前测时基本维持不变。后测的配对样本 T 检验显示,实验班的自主学习水平与对照班有十分显著的差异(P 值为 0.000,小于 0.001)。这说明,元认知策略培训大大提高了学生的自主学习能力。

为了对比实验前后两个班的英语水平变化情况,在策略培训前后分别用大学英语三级水平测试卷对两个班进行测试。试卷题型包括听力、阅读、词汇与结构、完形填空、翻译,题型多样,信度和效度较高,总分为 100 分。笔者要求学生认真对待测试,并告诉他们这两次的成绩将记入他们的平时

成绩,因此前后测的成绩基本真实反映他们的英语水平。笔者同样将所得数据进行描述性统计和配对样本 T 检验,所得结果如表 2 所示。

表 2 实验前后实验班与对照班的英语成绩

		N	平均值	标准差	T 值	P 值双侧
前测	实验班	39	64.60	12.36	-0.250	0.804
	对照班	39	65.14	7.15		
后测	实验班	39	71.62	8.81	2.626	0.012
	对照班	39	66.30	7.71		

表 2 显示,在策略培训前,实验班的平均分 64.60,低于对照班的平均分 65.14,两个班的英语水平无明显差异(P 值为 0.804,大于 0.05);而实验班的标准差为 12.36,明显高于对照班的 7.15,说明实验班的学生水平差异大,高低分差距明显。策略培训后,实验班的成绩由原来的 64.60,提高到 71.62,并且标准差由原来的 12.36,缩小为 8.81。配对样本 T 检验显示,实验后两个班的成绩有明显差异(P 值为 0.012,小于 0.05),实验班的英语成绩明显高于对照班。说明经过策略培训,实验班的平均成绩有明显的提高,高低分差距缩小。两个班由同一个教师教学,教学内容一致,因此可以认为实验班的成绩提高主要是源于元认知策略培训和自主学习能力的提高。

四、结论

本次实验不仅说明了在大学英语教学及自主学习中元认知策略培训的可行性,也证明了大学英语教学中元认知策略培训的有效性。元认知策略培训能指导学生根据自己的具体情况对学习做出合理计划,在学习中主动调控、评价自己的学习,提高自主学习的意识和能力,并能有效地促进学生学习成绩的提高。

但是,策略训练是个系统工程,需要日积月累、循序渐进、持之以恒。策略培训的本质是提高

学习者的自主意识和自主性,而自主意识和自主性的培养不是一朝一夕的事情。^[7]因此,教师应当把策略培养纳入教学计划。此外,元认知策略训练是个复杂的过程,受学习者的认知风格、学习动机、语言水平等诸多因素的影响,这就要求教师首先必须是策略型教师。教师要能有效地监控学生何时何地使用何种策略,及时点拨学生,不断提高学生的策略意识。

本次研究存在一些不足,例如,样本较少,取样范围仅局限于一所学校,策略培训时间较短。因此,如何将策略培训长期融入日常教学,依据学生的不同特点制定个性化的培训方案,根据学生的不同学习阶段特征进行长期的策略培训,使学生真正成为自主学习者,还需要做进一步的研究。

[参 考 文 献]

- [1] Little D. Learner Autonomy: Definitions, Issues and Problems [M]. Dublin: Authentik, 1991.
- [2] Dickinson L, Special Issue on Learner Autonomy [J]. System, 1995(2).
- [3] Benson P. The Philosophy and Politics of Learner Autonomy [M] // Benson P, Voller P. Autonomy and Independence in Language Learning. London: Longman, 1997.
- [4] Flavell J H. First Discussant's Comments: What Is Memory Development [J]. Human Development, 1971(14).
- [5] Flavell J H. Meta-cognition and Cognitive Monitoring: A New Area of Cognitive Developmental Inquiring [J]. American Psychologist, 1979(34).
- [6] Chamot A U & O' Malley J M. Language Learner and Learning Strategies [M] // Ellis N C. Implicit and Explicit Learning of Languages. London: Academic, 1994.
- [7] 文秋芳,王立非. 对外语学习策略有效性研究的质疑 [J]. 外语界, 2004(2).

[责任编辑 李继峰]

Training of Autodidactic Study Meta-Cognition Strategy of College English

SHEN Jian-jun

(School of Foreign Languages, Nanjing Xiaozhuang University, Nanjing 211171, China)

Abstract: Meta-cognition strategies determine to a great extent how successful a language learner can be. The empirical research on training of autodidactic study meta-cognition strategy of college English indicates that after integrated explicit meta-cognition training for one semester students improve autodidactic study competence significantly, resulting in higher grades. Meta-cognition training is feasible and prolific for both the teaching and autodidactic study of college English.

Key Words: meta-cognition strategy; strategy training; autodidactic study competence