

新学派教育 核心教材

新学派英语 理论与方法系列

# 外语学习

*A Comprehensive Course in*

# 理论与方法教程

*Theories and Methods of Foreign Language Learning*

孙 田 著

# 新学派

 安徽师范大学出版社

新学派教育 核心教材  
新学派英语 理论与方法系列

# 外语学习理论与方法教程

A Comprehensive Course in Theories and Methods  
of Foreign Language Learning

孙 田 著

 安徽师范大学出版社

· 芜湖 ·

责任编辑：盛 夏

封面设计：安徽省新学派教育服务有限公司

图书在版编目（CIP）数据

外语学习理论与方法教程 / 孙田著. — 芜湖：安徽师范大学出版社，2017.1

ISBN 978-7-5676-2555-6

I. ①外… II. ①孙… III. ①外语—学习方法—教材 IV. ①H3

中国版本图书馆 CIP 数据核字（2016）第 167262 号

## 外语学习理论与方法教程

WAIYU XUEXI LILUN YU FANGFA JIAOCHENG

孙田 著

---

出版发行：安徽师范大学出版社

芜湖市九华南路 189 号安徽师范大学花津校区 邮政编码：241002

网 址：<http://www.ahnupress.com/>

发 行 部：0553-3883578 5910327 5910310（传真） E-mail: asdcbsfxb@126.com

印 刷：安徽昶颀包装印务有限责任公司

版 次：2017 年 1 月第 1 版

印 次：2017 年 1 月第 1 次印刷

规 格：787mm×1092mm 1/16

印 张：32.25

字 数：750 千字

书 号：ISBN 978-7-5676-2555-6

定 价：58.00 元

---

凡安徽师范大学出版社版图书有缺漏页、残破等质量问题，本社负责调换。

## 内容简介

本书从学习者的角度，重点论述了有关学习、学习力、语言学习和外语学习的基本理论，并在此基础上生成了外语学习的基本原则、主要方法和具体操作模型，进而形成了外语学习的“125方法体系”（即“一个中心，两类基本训练法，五大学习原则”）和“1125方式体系”（即“一个总策略，一条总路线，两种输入方式，五大学习目标”），以指导学习者的外语学习。

本书对当代教育学、学习学、心理学和语言学等相关学科理论进行了深入的研究，对其中某些理论进行了必要的批判，形成了自己的理论体系，并将其落实到了本书外语学习原则与方法的体系中，体现了本书的新颖性、独创性和实用性。本书具有代表性的独创性理论包括：“学习的 KPS 分类理论”，“学习的 KPS-KPP 过程模型”，“本书的能力结构理论”，“本书学习力的构成模式”，“本书的思维分类”，“认知能力的层次性二元构成理论”，“儿童认知发展的多维阶段理论”，“儿童语言思维和内外言语的同步发展理论”，“本书对语言层级结构的划分”，“本书对语言系统结构的划分”，“本书语言能力的构成模型”，“外语学习的 KPS-KPP 过程模型”，“外语词汇（概念词）发展的过程模型”，“世界对等理论”，“外语语言加工模式的过渡理论”等。这些理论对于指导学习者的一般学习和外语学习，消除学习者在学习认知上的误区，纠正学习过程中的错误，具有非常重要的现实意义。

本书可作为普通外语学习者的指导用书，也可作为外语相关专业的本科生或研究生教材，以及普通中学生的选修教材或课外培训教材，或作为各阶段外语教育者和研究者的参考用书。由于时间和精力有限，本书出现错误在所难免，望广大读者给予指正。

# 目 录

## 理论篇

|                    |    |
|--------------------|----|
| 第一章 学习的基本理论        | 2  |
| 第一节 学习的定义与实质       | 2  |
| 一、学习的定义            | 2  |
| 二、对学习概念的理解         | 4  |
| 第二节 经典学习理论简介       | 6  |
| 一、行为主义学习理论         | 6  |
| 二、认知主义学习理论         | 10 |
| 三、建构主义学习理论         | 17 |
| 四、人本主义学习理论         | 18 |
| 第三节 学术界关于学习的分类理论   | 21 |
| 一、学术界对知识的分类        | 21 |
| 二、学术界对广义技能的定义与分类   | 24 |
| 三、学术界对学习的分类        | 25 |
| 第四节 本书学习的KPS分类理论   | 29 |
| 一、本书对知识的分类         | 29 |
| 二、本书对广义技能的分类       | 33 |
| 三、本书学习的KPS分类理论     | 38 |
| 四、关于本书知识和学习分类的若干说明 | 41 |
| 第五节 学习的过程理论        | 45 |
| 一、传统的学习过程观         | 45 |
| 二、基于信息加工的学习过程理论概述  | 45 |
| 三、本书学习的KPS-KPP过程模型 | 50 |
| 第二章 学习的力体系理论       | 56 |
| 第一节 能力结构理论         | 56 |
| 一、能力的一般定义与分类       | 56 |
| 二、学术界有关能力结构的理论简介   | 57 |
| 三、本书的能力结构理论        | 59 |
| 四、能力的获得途径与施行过程     | 65 |
| 第二节 学习力理论概述        | 66 |
| 一、学习力的一般定义与构成      | 66 |
| 二、本书学习力的构成模式       | 67 |
| 三、提升学习力的重要意义       | 69 |
| 第三节 认知力（一）：感知力     | 69 |

|                                |     |
|--------------------------------|-----|
| 一、感觉与知觉 .....                  | 69  |
| 二、感知力及其发展 .....                | 71  |
| 第四节 认知力(二): 思维力 .....          | 72  |
| 一、思维的定义与构成 .....               | 72  |
| 二、思维的特征与过程 .....               | 73  |
| 三、学术界对思维的分类 .....              | 74  |
| 四、本书的思维分类 .....                | 76  |
| 五、几种重要的思维类型介绍 .....            | 85  |
| 第五节 认知力(三): 记忆力 .....          | 86  |
| 一、记忆的定义 .....                  | 86  |
| 二、记忆的分类 .....                  | 86  |
| 三、记忆的过程 .....                  | 87  |
| 四、记忆的策略 .....                  | 88  |
| 五、记忆系统的构成 .....                | 88  |
| 六、信息的遗忘 .....                  | 94  |
| 第六节 认知力(四): 认知能力的构成与发展理论 ..... | 97  |
| 一、认知能力的定义与内涵 .....             | 97  |
| 二、认知能力的层次性二元构成理论 .....         | 98  |
| 三、学术界认知发展理论概述 .....            | 102 |
| 四、儿童认知发展的多维阶段理论 .....          | 106 |
| 第七节 学习的方法力: 学习策略 .....         | 110 |
| 一、学习策略的定义与分类 .....             | 110 |
| 二、认知策略 .....                   | 112 |
| 三、元认知策略 .....                  | 119 |
| 四、资源管理策略 .....                 | 120 |
| 五、学习策略教学的意义与现状 .....           | 121 |
| 第八节 学习的动力和毅力 .....             | 121 |
| 一、什么是学习的动力(动机) .....           | 121 |
| 二、学习动机理论概述 .....               | 122 |
| 三、如何激发和维持学习动机 .....            | 125 |
| 四、学习毅力的构成与培养 .....             | 129 |
| 第三章 语言学习的基本理论 .....            | 132 |
| 第一节 儿童语言获得理论 .....             | 132 |
| 一、儿童语言发展的基本阶段 .....            | 132 |
| 二、儿童语言获得理论概述 .....             | 133 |
| 三、本书关于儿童语言获得的若干观点 .....        | 144 |
| 第二节 儿童语言获得与思维发展的关系理论 .....     | 145 |

|                                |     |
|--------------------------------|-----|
| 一、语言和言语 .....                  | 145 |
| 二、语言与思维的关系理论 .....             | 146 |
| 三、从内部思维到外部言语的层次性过渡理论 .....     | 149 |
| 四、儿童语言思维和内外部言语的同步发展理论 .....    | 154 |
| 五、儿童语言、思维与大脑的同步发展理论 .....      | 155 |
| 六、从语言与思维的关系看语言成功习得的标准和条件 ..... | 157 |
| <b>第三节 语言结构理论</b> .....        | 158 |
| 一、传统语言学对语言层级结构的划分 .....        | 158 |
| 二、本书对语言层级结构的划分 .....           | 159 |
| 三、传统语言学对语言系统结构的划分 .....        | 162 |
| 四、本书对语言系统结构的划分 .....           | 163 |
| <b>第四节 语言能力理论</b> .....        | 172 |
| 一、学术界有关语言能力构成的研究概述 .....       | 172 |
| 二、本书语言能力的构成模型 .....            | 174 |
| 三、对本书语言能力构成模型的补充说明 .....       | 183 |
| 四、语言能力的评价标准 .....              | 188 |
| <b>第五节 语言运用理论</b> .....        | 192 |
| 一、语言运用的定义与分类 .....             | 192 |
| 二、语言运用（听、说、读、写）的过程模型 .....     | 195 |
| 三、语言运用与语言输入方式的相互关系 .....       | 196 |
| 四、语言运用与语言选择的相互关系 .....         | 197 |
| 五、听、说、读、写能力间的相互关系 .....        | 199 |
| <b>第六节 语言感知理论</b> .....        | 206 |
| 一、我国学术界对语感的定义 .....            | 206 |
| 二、本书对语感概念的界定与分类 .....          | 207 |
| 三、语感在语言运用中的重要作用 .....          | 209 |
| 四、对语感的训练 .....                 | 209 |
| <b>第四章 外语学习的基本理论</b> .....     | 213 |
| <b>第一节 学术界第二语言获得理论概述</b> ..... | 213 |
| 一、对比分析假说 .....                 | 213 |
| 二、普遍语法假说 .....                 | 214 |
| 三、中介语假说 .....                  | 215 |
| 四、文化适应假说 .....                 | 218 |
| 五、输入假说 .....                   | 218 |
| 六、输出假说 .....                   | 223 |
| 七、互动假说 .....                   | 224 |
| 八、吸收假说 .....                   | 225 |

|                                   |     |
|-----------------------------------|-----|
| 九、注意假说 .....                      | 226 |
| 十、盖斯的二语习得综合模型 .....               | 226 |
| 第二节 本书外语学习的过程理论 .....             | 228 |
| 一、外语学习的KPS三目标理论 .....             | 228 |
| 二、外语学习的KPP三阶段理论 .....             | 228 |
| 三、外语学习的KPS-KPP过程模型 .....          | 229 |
| 四、对本书过程理论与模型的若干说明 .....           | 233 |
| 五、相关学习理论对本书过程理论与模型的支持 .....       | 236 |
| 六、从本书过程理论与模型看其他二语习得理论的不足 .....    | 238 |
| 第三节 外语词汇发展的过程理论 .....             | 242 |
| 一、学术界外语词汇发展的过程模型概述 .....          | 242 |
| 二、本书外语词汇（概念词）发展的过程模型 .....        | 246 |
| 三、关于本书外语词汇发展模型的几点说明 .....         | 251 |
| 第四节 外语语法学习的过程理论 .....             | 257 |
| 一、语法的定义与分类 .....                  | 257 |
| 二、显性语法与隐性语法 .....                 | 257 |
| 三、本书外语语法学习的过程理论 .....             | 259 |
| 四、如何学习外语语法 .....                  | 260 |
| 五、关于语法教学的必要性和我国外语规则教学的现状 .....    | 262 |
| 第五节 外语思维的获得理论 .....               | 263 |
| 一、外语思维的定义 .....                   | 263 |
| 二、外语思维的前提条件 .....                 | 265 |
| 三、外语思维的发展与训练 .....                | 267 |
| 四、外语思维在外语学习中的地位及我国外语思维教学的现状 ..... | 271 |
| 第六节 外语教学法简介 .....                 | 271 |
| 一、翻译法 .....                       | 271 |
| 二、直接法 .....                       | 272 |
| 三、听说法 .....                       | 273 |
| 四、视听法 .....                       | 274 |
| 五、认知法 .....                       | 275 |
| 六、交际法 .....                       | 276 |
| 第五章 差异与迁移理论 .....                 | 278 |
| 第一节 中西方语言的差异与迁移 .....             | 278 |
| 一、差异与迁移理论 .....                   | 278 |
| 二、语言的类型分类 .....                   | 279 |
| 三、英汉语言特征的差异 .....                 | 283 |
| 第二节 中西方思维方式的差异与迁移 .....           | 291 |

|                               |     |
|-------------------------------|-----|
| 一、中西方思维方式的差异 .....            | 291 |
| 二、卢秋田对中西方思维差异的总结 .....        | 295 |
| 三、对不合理的中国式思维方式的改造 .....       | 296 |
| 四、思维方式的差异在英汉语言中的具体表现 .....    | 297 |
| 五、中外思维方式的差异对外语学习的影响 .....     | 309 |
| 第三节 儿童母语习得与成人外语学习的差异与迁移 ..... | 310 |
| 一、儿童母语习得与成人外语学习的差异 .....      | 310 |
| 二、上述差异对成人外语学习的启示 .....        | 314 |

## 原则篇

|                                 |     |
|---------------------------------|-----|
| 第六章 理性学习的原则 .....               | 316 |
| 第一节 认知力结构和学习方式的变化理论 .....       | 316 |
| 一、认知力结构简介 .....                 | 316 |
| 二、感性与理性简介 .....                 | 317 |
| 三、从感性型过渡到理性型——认知力结构的变化理论 .....  | 318 |
| 四、认知力结构与性格解析 .....              | 319 |
| 五、感性学习与理性学习 .....               | 324 |
| 六、从感性学习过渡到理性学习——学习方式的变化理论 ..... | 325 |
| 第二节 理性学习的原则 .....               | 328 |
| 一、成人外语学习的理性特征 .....             | 328 |
| 二、成人外语学习的理性学习原则 .....           | 331 |
| 第七章 对等与辅助的原则 .....              | 335 |
| 第一节 翻译对等理论 .....                | 335 |
| 一、翻译对等理论概述 .....                | 335 |
| 二、翻译对等的一般分类 .....               | 337 |
| 三、翻译对等与翻译不对等 .....              | 343 |
| 第二节 世界对等理论 .....                | 348 |
| 一、关于世界划分的理论 .....               | 348 |
| 二、世界对等理论 .....                  | 352 |
| 三、基于“世界对等理论”的外语学习过程模型 .....     | 356 |
| 四、关于世界对等理论的若干说明 .....           | 358 |
| 第三节 世界对等与母语辅助的原则 .....          | 362 |
| 一、世界对等与母语辅助的原则简介 .....          | 362 |
| 二、对等与辅助原则在本书外语学习法体系中的实际应用 ..... | 365 |
| 三、发展基于对等与辅助原则的外语教学法 .....       | 365 |
| 第八章 模仿的原则 .....                 | 370 |
| 第一节 模仿理论综述 .....                | 370 |

|                         |     |
|-------------------------|-----|
| 一、模仿的定义与分类 .....        | 370 |
| 二、模仿能力的构成与发展 .....      | 371 |
| 三、模仿理论综述 .....          | 371 |
| 四、语言学习中的模仿理论 .....      | 375 |
| 第二节 模仿的原则 .....         | 377 |
| 一、获得与尊重典范的原则 .....      | 378 |
| 二、完全模仿的原则 .....         | 379 |
| 三、精细模仿的原则 .....         | 380 |
| 四、从模仿到创造的过渡原则 .....     | 382 |
| 五、学习材料的变化原则 .....       | 383 |
| 第九章 内化的原则 .....         | 386 |
| 第一节 外语学习的自动性理论 .....    | 386 |
| 一、安德森的ACT*模型 .....      | 386 |
| 二、罗根和帕尔梅里的示例理论模型 .....  | 388 |
| 三、麦克劳夫林的信息加工模型 .....    | 389 |
| 四、本书外语语言加工模式的过渡理论 ..... | 390 |
| 第二节 内化的原则 .....         | 394 |
| 一、什么是内化与内化加工 .....      | 394 |
| 二、内化训练的原则 .....         | 395 |
| 第十章 实用与运用的原则 .....      | 397 |
| 第一节 实用主义理论概述 .....      | 397 |
| 一、实用主义理论简介 .....        | 397 |
| 二、杜威的实用主义教育学 .....      | 404 |
| 第二节 实用与运用的原则 .....      | 408 |
| 一、实用的原则 .....           | 408 |
| 二、运用的原则 .....           | 409 |
| 三、从实用与运用的角度谈用学关系 .....  | 411 |

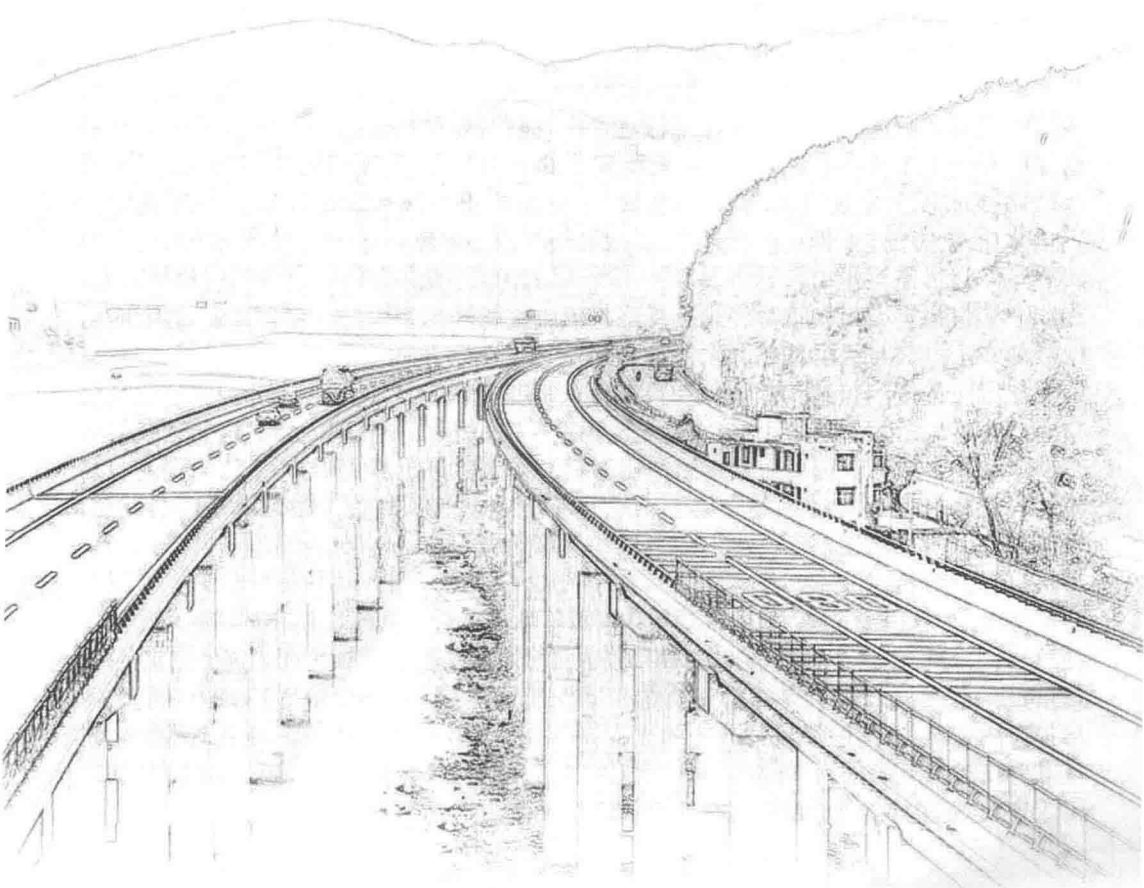
## 方法篇

|                         |     |
|-------------------------|-----|
| 第十一章 以意群为中心 .....       | 414 |
| 第一节 语言组块理论 .....        | 414 |
| 一、语块的定义、分类与普遍性 .....    | 414 |
| 二、语块与语言产出和语言习得的关系 ..... | 415 |
| 三、语块教学法 .....           | 417 |
| 第二节 意群中心学习法 .....       | 420 |
| 一、意群概述 .....            | 420 |
| 二、意群中心学习法 .....         | 423 |

|                                |     |
|--------------------------------|-----|
| 三、为什么要以意群为中心 .....             | 424 |
| 四、外语学习不应该以单词、语法或句子为中心 .....    | 427 |
| 第三节 意群中心学习法的应用 .....           | 431 |
| 一、用意群中心学习法解决“学什么”的问题 .....     | 431 |
| 二、单词的意群中心学习法 .....             | 432 |
| 三、语法的意群中心学习法 .....             | 435 |
| 四、句子的意群中心学习法 .....             | 436 |
| 第十二章 重复训练法 .....               | 438 |
| 第一节 原语重复性再现的体系分类 .....         | 438 |
| 一、什么是原语重复性再现 .....             | 438 |
| 二、原语重复性再现的体系分类 .....           | 438 |
| 三、对若干概念及其与原语再现间关系的论述 .....     | 442 |
| 四、原语重复性再现中的语言创造与记忆规避 .....     | 445 |
| 五、原语重复性再现的类别差异 .....           | 447 |
| 第二节 重复训练法系统介绍 .....            | 450 |
| 一、什么是重复训练法 .....               | 450 |
| 二、重复训练法的具体方法介绍 .....           | 451 |
| 三、重复训练法的辅助方式 .....             | 462 |
| 四、重复训练法的反馈方式 .....             | 465 |
| 五、重复法的训练模型 .....               | 466 |
| 第三节 对译法介绍 .....                | 466 |
| 一、对比分析与错误分析 .....              | 466 |
| 二、重复法中的对比分析与错误分析法——对译法介绍 ..... | 469 |
| 第十三章 创造训练法 .....               | 472 |
| 第一节 自语创造性训练的体系分类 .....         | 472 |
| 一、什么是自语创造性训练 .....             | 472 |
| 二、自语创造性训练的体系分类 .....           | 472 |
| 三、自语创造性训练的类别差异 .....           | 477 |
| 第二节 创造训练法系统介绍 .....            | 478 |
| 一、什么是创造训练法 .....               | 478 |
| 二、创造训练法的具体方法介绍 .....           | 478 |
| 三、对创造训练法的几点说明 .....            | 483 |
| 第三节 重复法与创造法的训练模型 .....         | 487 |
| 一、什么是重复法与创造法的训练模型 .....        | 487 |
| 二、两种基本训练模型简介 .....             | 487 |
| 三、两种基本训练模型的扩展 .....            | 490 |
| 四、本书训练模型在设计上的特点与优势 .....       | 492 |

|                          |     |
|--------------------------|-----|
| 第十四章 外语学习的方法体系 .....     | 495 |
| 一、外语学习的“125方法体系” .....   | 495 |
| 二、外语学习的“1125方式体系” .....  | 497 |
| 三、本书外语学习的过程与方法体系总图 ..... | 497 |
| 参考文献 .....               | 500 |

# 理论篇 Theories



# 第一章 学习的基本理论

学习是一种专业活动，如同其他专业活动一样，有其特定的专业理论与技术。苏联心理学家、教育家列·符·赞科夫（Л·В·Эанков）提出，即使在小学低年级阶段，教学者也应该教给学生规律性的知识，不能过于强调直观性，并使学生理解学习过程，学会怎样学习。他主张小学教学应遵循五大原则，其中就包括“理论知识起主导作用的原则”和“使学生理解学习过程的原则”。本书将陆续探讨学习、语言学习与外语学习的相关理论，以指导具体的外语学习活动，帮助学习者形成专业的外语学习技能。本章则重点探讨有关学习的基本理论，包括学习的定义与实质、经典学习理论、学习的分类理论以及学习的过程理论。

## 第一节 学习的定义与实质

### 一、学习的定义

#### （一）传统“学习”一词的由来

“学”与“习”原本是作为两个概念分开使用的。“学”本作“學”，像双手摆布算筹形，义为“思考、计算”，表示通过思考来理解和获得知识。“习”本作“習”，从羽从白，与鸟飞有关，本义指小鸟白天反复地试飞，故“习”乃“练习、实践”义，表示对知识或技能的反复温习、练习和实践。孔子最早把“学”与“习”联系起来，成为一个结构松散的概念，即“学而时习之”。《礼记·月令》最早将“学”与“习”组合成为一个词，曰：“鹰乃学习”，这就是“学习”一词的由来。此后，“学习”一词便传播开来，表示“通过思考获得知识并经过反复练习形成技能”的过程。此后，“学习”逐渐成为对“学、思、习、行”的统称。

然而，随着封建统治的巩固和科举考试制度的确立，“学习”一词的实际意义逐渐由“学”与“习”的组合，或“学、思、习、行”的统称，转变成为“通过阅读获得知识”。“读书”成为我国传统教育的主要形式、学习的主要方法和“学习”一词的主要内涵，技能的获得与训练被弱化了。至今，仍然有许多人持有“学习就是读书”“读书就是学习”的错误观念。

#### （二）学习的定义

在对学习（learning）概念的界定上，不同学派有着不同的视角和解释：经验主义哲学把学习看作是个体经验的取得和改造；行为主义心理学认为学习是一种行为改变的过程，是建立某种刺激与反应之间联结的过程；认知心理学则强调学习是个体头脑内部认知结构的形成与改变的过程；人本主义心理学则认为学习是个体潜能的自我实现的过程。在不同的学派对学习概念的理解不同的背景下，研究者们对学习所作的定义多种多样，以下列举几个较有代表性的定义：

(1) 学习是由强化练习引起的有关行为潜能的持久性变化。(Kimble, 1961)

(2) 学习是人的倾向或能力的变化,这种变化能够保持而不能单纯归因于生长过程。(Gagne, 1965)

(3) 学习是由练习或经验引起的行为或知识的较持久的变化。(Wingfield, 1979)

(4) 学习是形成有组织知识并使之变得更有组织的过程。(Charniak & McDermott, 1985)

(5) 学习是知识或技能的获得。(Howard, 1995)

(6) 学习是由于不断的练习而导致的行为的相对持久的变化,这种变化的产生是由于练习,而不是由疲劳、药物、损伤等因素所致。(Hergenhahn & Olson, 1997)

(7) 学习是指学习者因经验而引起的行为、能力和心理倾向的比较持久的变化。这些变化不是因成熟、疾病或药物引起的,而且也不一定表现出外显的行为。(施良方,《学习论》,2001)

(8) 学习是个体在一定情景下由于反复地经验而产生的行为或行为潜能的比较持久的变化。(彭聃龄,《普通心理学》,2001)

(9) 学习是通过主客观的相互作用,在主体头脑内部积累经验、构建心理结构以积极适应环境的过程,它可以通过行为或者行为潜能的持久变化而有所表现。(张厚粲,《心理学》,2002)

(10) 学习是因经验而引起的、以心理变化适应环境变化的过程,可通过行为或行为潜能的变化体现出来。(姚梅林,《学习心理学——学习与行为的基本规律》,2006)

综观上述定义可以发现,不同的定义强调学习的不同方面:有的强调学习引起的行为变化,注意学习的外在结果;有的强调学习引起的心理特征的变化,注意学习的内在经验。尽管学习活动在实际生活中极为普遍,但实际上我们很难给学习下一个固定的、唯一准确的定义。

### (三) 本书从过程的角度对学习所作的定义

不同的学习定义具有不同的角度。一般来说,从过程的角度上定义学习比从结果的角度上定义学习更具有方法论意义。尽管上述定义都在一定程度上揭示了学习活动的某些特性,但遗憾的是,这些定义都没有充分揭示出学习活动的具体过程。为了更加全面、完整地揭示学习的具体过程,也为了使本书关于学习的实质、分类与过程的论述具有统一性,本书现从过程的角度对学习作如下定义:

学习是学习者运用自身的学习力,按照一定的策略、模式、方式和方法来获取和理解“是什么”与“为什么”的知识,获取或生成“怎么办”的知识,同时建立新旧知识及各类型知识之间的联系(以构建知识结构),并在相应类型知识的基础上进行内省(以塑造心理特征和人格)、练习(以形成狭义技能和策略能)与运用(以形成对狭义技能和策略能的运用能),以及利用在练习与运用过程中产生的反馈信息对上述各部分进行优化和修正的各部分间紧密联系的统一的过程。

上述定义突出了“获取”“理解”“生成”“建立联系”“内省”“练习”“运用”“优化和修正”等学习的具体过程,并在正式表述中去除了“经验结构”“知识结构”“人格系统”“行为方式”“持久化”等词汇,因为这些词汇所描述的都是学习的结果而不是过程。虽然本书是从过程而不是结果的角度来定义学习的,但上述定义并没有

完全摒弃学习的结果,而是通过强调具体过程来牵引出学习活动的相应结果(即括号中的部分),从而在学习过程和结果之间建立了联系。关于学习的具体过程,可见本章第五节“学习的过程理论”。

## 二、对学习概念的理解

### (一) 从外延的角度来理解学习的概念

为了更好地理解学习的概念,我们有必要从学习的外延和内涵这两个方面来了解学习活动。实际上,不同学习者的学习、不同年龄阶段的学习者的学习和针对不同学习内容学习有着各自不同的特征,进而具有不同的含义。从外延的角度来看,学习至少有以下五种不同层次的含义。

#### 1. 人和动物共有的学习

人和动物都能学习,都需要通过学习来改变自己,适应环境,以获得更优越的生存条件,这就是广义的学习概念。广义的学习有以下几个特征:①学习是一种活动过程;②学习是形成新的行为模式的过程;③学习导致的变化是相对持久的;④学习导致的变化是后天习得的。据此,我们可以把广义的学习定义为:学习是生物体(人和动物)后天习得的行为方式的相对持久的变化过程。

#### 2. 人的学习

虽然学习是人和动物共有的现象,但是人的学习无论在学习的功能、动力、形式上还是在学习的内容和加工机制上,都与动物的学习有着本质的区别。相对于人和动物共有的学习来说,人的学习可称为狭义的学习,有以下几个特点:①人的学习是个人掌握社会和个体的经验的过程;②以语言为中介的学习是人的学习区别于动物学习的一个标志;③人的学习是自觉主动的行为。据此,我们可将人的学习定义为:人的学习是个人自觉主动地以语言为中介而实现的掌握社会和个体的经验的过程。

#### 3. 学生的学习

相对于一般人的学习,学生的学习又有其自身的特点:①学生的学习以系统地掌握前人总结出的间接经验为主要任务;②学生的学习是在教育情境中,在老师有目的、有计划、有组织的系统的指导下进行的;③学生的学习是在相对集中的时限内进行的。据此,我们可以把学生的学习定义为:学生的学习是在相对集中的期限内,在教育情境中和教师的指导下,系统地掌握间接知识并形成技能的过程。相对于人的学习来说,学生的学习是更为狭义的学习。

#### 4. 不同年龄阶段的学习者的学习

学习者的学习过程也同时是学习者个体心理和生理成长的过程,尤其是学生的学习。在不同的成长阶段,学习者的智力水平、认知方式、思维能力、学习动力和态度等都不尽相同。因此,在不同的年龄阶段,学习者的学习也必然呈现出不同的特征,这些特征足以影响我们对学习的定义。学习者应该意识到,在小学、初中、高中和大学等不同的成长阶段,学习的方式是不一样的,学习的含义也必然不一样。可以说,学习本来就是一个不断变化发展的过程,它本没有一个固定的形态,它与学习者自身的成长、变化与发展紧密相连。

#### 5. 针对不同学习内容学习

学习活动离不开具体的学习内容,如对外语的学习、对数学的学习、对交际策略

的学习、对态度的学习等。不同的学习内容有着不同的特点，学习者所需使用的学习程序、方法、方式也不尽相同，这同样影响着我们对不同学习内容的学习的定义。例如，学生的语文学习和数学学习有着不同的学习内容，所需使用的学习程序、方法或方式是不一样的，所以，语文学习和数学学习在概念上也应该是有差异的。

## （二）从内涵的角度来理解学习的概念

从内涵的角度来讨论学习的概念，实际上就是讨论学习实质的问题。本书拟从学习的最终目的，目标、任务、结果，本质，表征等方面来论述学习的实质。

### 1. 学习的最终目的是“提高生存和竞争能力以适应环境”

对于学习者来说，学习目的可能各不相同。有的人为获得父母的满意而学，有的人为获得某种奖励而学，有的人为出人头地而学，也有人的为陶冶情操而学。尽管学习的直接目的各不相同，但最终目的都是相同的，即“适应环境”。实际上，任何生物的生存都离不开环境，任何生物的生存和繁衍都必须首先能适应环境。人类的活动要想达到改造客观世界的目的，也必须首先学会适应环境。从生物进化的观点来看，学习是有机体适应环境的手段。有机体适应环境有两种方式，一种是先天决定的反应倾向，另一种则是学习。先天反应是每一个物种都固有的本能，如人类婴儿和其他哺乳动物一生下来就会吮吸乳头。但是，这种先天本能可适应的环境非常有限，许多物种正因为适应不了迅速变化的外在环境而消亡。人类婴儿和初生的动物相比，无论其独立能力还是天生的适应能力都很低，但人类却有着动物不可比拟的学习能力，这使得人类比动物更加能够适应环境。本能的变化需要千万年的演进，而学习带来的变化则可快至几分几秒。从根本上来说，学习就是一种适应性活动，是有机体适应环境的手段之一。学习活动的最终目的就是为了提高个体的生存和竞争能力以更好地适应不断变化的环境。

### 2. 学习的目标、任务、结果是“获得知识”“培养人格”和“形成技能”

从本书对学习的定义以及本书对学习过程的描述（见本章第五节“学习的过程理论”）可知，学习活动具有三大目标、任务、结果，即知识的获得、人格的培养和技能的形成。学习要想达到“提高个体的生存和竞争能力以更好地适应不断变化的环境”的最终目的，就必须获得一定的知识、形成一定的技能和塑造一定的人格。

学习的三大目标、任务、结果告诉我们，学习活动不但要追求知识的获得，还要注重培养人格和训练技能，三个部分相辅相成，不可偏废。然而在现实中，顾此失彼的现象普遍存在。在应试教育下，学校往往过度重视学生知识的积累，而忽略了对学生人格的培养和技能的训练，使学生变成只会看书、识字而不会交往、做事的“书呆子”。在严重的情况下，学生的人格不但得不到发展，还会饱受摧残，致使他们产生悲观、厌世的心理，做出诸如自杀、报复等异常行为。

### 3. 学习的本质是“自我改造”

我国学者施良方认为：“就一般而言，学习是有机体适应环境的手段。有机体为了生存与适应，必须不断地改变自己的行为。经验的积累及行为倾向不断变化的过程，也就是学习的过程。”可见，由学习所引起的环境适应，是通过“自我改造”而得以实现的。学习之所以能够促使我们适应不断变化的环境，就是因为学习可以改造自我。可以说，学习活动的本质就是“自我改造”。为了适应不断变化的环境，个体不断地认知和改造自己，包括改造自己的经验结构、心理结构、技能系统甚至生理结