



高职院校

英语元认知策略使用状况研究

◎刘春华 著



辽宁大学出版社

高职院校

英语元认知策略使用状况研究

●刘春华 著



辽宁大学出版社

©刘春华 2008

图书在版编目 (CIP) 数据

高职院校英语元认知策略使用状况研究/刘春华著. —沈阳:
辽宁大学出版社, 2008. 8

ISBN 978-7-5610-5649-3

I. 高… II. 刘… III. 英语—认知心理学: 学习心理学—
研究—高等学校: 技术学校 IV. G447

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2008) 第 108884 号

责任编辑: 贾海英
封面设计: 邹本忠

版式设计: 海 水
责任校对: 张萱华

辽 宁 大 学 出 版 社

地址: 沈阳市皇姑区崇山中路 66 号 邮政编码: 110036

联系电话: 024-86864613 网址: <http://press.lnu.edu.cn>

电子邮件: lnupress@vip.163.com

抚顺光辉彩色广告印刷有限公司印刷 辽宁大学出版社发行

幅面尺寸: 148mm×210mm

印张: 5

字数: 140 千字

2008 年 8 月第 1 版

2008 年 8 月第 1 次印刷

书号: ISBN 978-7-5610-5649-3

定价: 12.00 元

序

如今，越来越多的研究者开始认识到学生自我管理能力即元认知策略在整个学习过程中的重要性，但很多学习者对元认知策略在学习过程中所起的重要作用并不清楚，也不知道该如何提高自己的元认知策略。

Holec (1979) 把学习过程看成是一个管理过程，包括各种管理技巧：如确定学习目标、决定学习内容、选择学习方法、自我监控和评估学习过程等。没有元认知方法的学生是没有方向或机会去计划自己的学习、评估自己的进步、回顾自己的成绩和展望未来学习方向的学习者 (O' Malley and Chamot 2001: 8)。从认知心理学的角度来看，语言学习的实质是认知过程的内部心理机制，即信息是如何获得、贮存、加工和使用的。在这个认知过程中有这么一个机制，它能有效地协调、控制语言知识、认知心理及社会文化三大系统之间的互动关系，并对语言学习全过程进行有效地监控、规划和评价，使得外语学习能成为学习者自觉、能动的认知活动。这种活动就是认知心理学中讨论的元认知 (武和平, 2000)。

由此可见，掌握元认知策略知识对学习者来说非常重要。

王立非认为，学习者的大脑接受、存储、组织、加工语言信息的属性决定了学习策略从根本上说是一种认知过程 (王立非, 2001)。本书将从认知心理学的角度探讨这一过程。

元认知作为一个概念，最早是由美国心理学家弗拉韦尔 (Flavel) 20 世纪 70 年代在其《认知发展》一书中提出来的。他

认为：元认知是在对自身认识过程意识的基础上，对其认识过程进行自我反省、自我控制与自我调节，即元认知就是认知的认知。元认知主要包括三个方面：元认知知识、元认知体验和元认知监督。所谓元认知知识，是指个体获得的与认知活动有关的知识。它包含三个层面：一是陈述性知识，即个体对自身认知状况和水平的了解；二是程序性知识，即对认知材料和任务性质的认识；三是条件性知识，也就是对策略因素的认识，即在完成认知过程中对各种有关策略知识的认识。元认知体验是伴随认知活动的一种情绪体验，是个体解决认知问题时所表现的一种情绪。认知体验具有元认知知识的成分并作用于元认知知识，如帮助个体确定任务目标，补充完善元认知知识，同时能够刺激认知或元认知策略的产生。元认知监控是元认知策略的重要组成部分。元认知策略对认知过程的监控，是指个体不断控制自己的认知过程而采取的管理步骤，如制订学习计划、监控学习过程、评估学习效果和采取补救措施。它对于改善学生的学习方法，提高学生的学习效率，促进学生健康和谐发展等方面都有着十分重要的意义和作用。

目前，高等职业教育的生源类型比较杂，包括中等职业学校毕业生、职业高中毕业生、普通高中毕业生等，他们的学习基础相对其他专科院校学生来说比较薄弱，尤其是英语，整体水平明显偏低。①在基础知识方面，高职生的入学要求是认知 1000~1600 个单词，而相当一部分学生远远达不到这个要求，很多学生的语法知识不连贯，有的学生甚至不能理解简单的句子结构；②在听力理解方面，只有很少一部分同学能够听懂结构简单、发音清晰、语速缓慢（110~120 词/分）的对话和不太复杂的陈述；③在口语交际方面，大部分学生不能用英语进行一般的课堂交际，主要是胆量不足，担心出错而不敢在课堂上运用英语交谈，很少学生能在日常和涉外业务中进行简单的交流；④在写作方面，大部分学生能套用课本的模式完成应用文的写作任务，却难以运用自如，考试中容易失分。

从以上的分析可以看出, 高职生的英语基础影响他们的学习效果。并不是这些学生智力低于其他高校学生, 而是高职生在英语学习中元认知能力严重缺乏, 学习方法有待改进。有的学生不知道应该学习什么, 缺乏学习目标, 没有学习计划; 有的学生学英语很下工夫, 花费时间很多, 但效果不甚理想。这主要是因为学生在学习中缺乏监控策略, 对自身的学习过程没有做到适时监控, 没有警觉自己在注意力和理解方面可能出现的问题, 以便找出来及时加以修改。也就是说, 高职学生在学习中缺乏元认知意识。有研究者在对 50 名学业不良学生与同样数量学业优良学生对照组的元认知特点进行研究后发现, 学业不良学生的元认知在计划性、方法性与总结性三方面得分最低, 暴露了他们在元认知上的主要缺点, 而这三方面恰恰又分别体现于学习活动进行前、进行中、完成后三个不同阶段。因此, 元认知的欠缺影响了整个学习过程的效果。

元认知学习策略的应用, 对学生的学习成绩有着显著的影响。高职生的学习活动复杂, 常常需要学生对其学习活动进行较多的自主投入与自我监控才能顺利完成。所以, 自我监控能力便成为影响高职学生学习质量和效果的主要因素。研究发现, 少数优秀学生可以自身发展元认知能力, 一般学生没有这种能力, 他们在学习中独立性较差, 依赖教师较多。这就要求教师不仅传授书本知识, 还要教学生如何获得元认知知识和体验, 鼓励他们突破现有的学习模式去获得新的、有效的学习方法。

我国的英语教学缺乏理论与实践相结合的策略培养模式, 因此本书就高职院校英语元认知策略使用状况进行了研究, 就如何通过策略训练, 提高英语学习者在听力、口语、词汇、写作等方面的元认知策略来培养学习者的自主学习能力进行了研究。

本书同时在理论和实践中证实了提高英语教学中的元认知策略对培养学习者的自主学习能力起到重要作用, 其意义在于证明要培养学习者的自主学习能力必须提高学习者的元认知策略。

本书共分四章: 第一章 介绍英语学习策略的研究背景。第

二章 介绍元认知理论。第三章 介绍元认知策略在高职院校英语专业学习中的应用。第四章 本书的研究结论和对未来研究的展望。

本书在写作过程中得到了我的导师——东北师范大学博士生导师成晓光教授的悉心指导，在此表示由衷的感谢。

错误及不妥之处，请读者批评指正。

营口职业技术学院

刘春华

2008年6月

目 录

第一章 绪论	1
第一节 发展外语教学中的学习策略的理论依据	2
一、在现代外语教学中发展学习策略是由现代教育理念决定的	2
二、建构主义教学理论对英语教学的启示	3
第二节 英语学习策略研究的背景	10
一、英语学习策略产生的背景	10
二、英语学习策略的定义与分类	12
三、元认知策略在英语学习中的作用	14
第三节 英语学习策略研究概述	17
一、国外英语学习策略研究现状	17
二、我国英语学习策略研究的历史与现状	21
三、我国英语学习策略研究的发展趋势	23
第四节 高职院校英语学习中存在的问题	26
一、英语学习中缺乏元认知意识	27
二、英语学习中缺乏元认知策略	28
第五节 高职院校英语教学的特点	33
一、老师控制下的学习——传统教学观念导致的填鸭式教学方式	33
二、传统智力观将智力看作是与生俱来、固定不变的	34

三、学习者缺乏元认知策略知识	35
第二章 元认知理论	36
第一节 英语学习认知理论	36
一、英语学习认知理论的内容	36
二、人类记忆的本质	41
三、学习的组成要素	42
第二节 元认知理论	43
一、元认知理论的概念	43
二、元认知与学习能力的关系	45
第三节 元认知理论的相关理论	48
一、中介者理论	48
二、元语言理论	51
三、归因理论	54
第三章 元认知策略在英语学习中的应用	60
第一节 元认知策略在英语学习中的应用	60
一、引言	60
二、英语学习策略训练	62
三、教师在策略训练中的作用	79
四、英语学习策略模式	81
五、结论	90
第二节 一项对高职院校英语专业听力元认知策略 使用状况的研究	90
一、听力理解不成功者的元认知研究	90
二、听力理解的实质	95
三、英语听力障碍分析及提高途径	97
四、高职院校英语听力教学中的元认知策略培训	102
第三节 一项对高职院校英语专业口语元认知策略 使用状况的研究	111

目 录

一、元认知策略在英语口语学习中的作用·····	111
二、元认知策略在英语口语学习中的应用·····	113
第四节 一项对高职院校英语专业词汇元认知策略	
使用状况的研究·····	115
一、词汇教学的意义·····	115
二、元认知策略与阅读理解·····	117
三、词汇教学应遵循的原则·····	120
四、对高职院校英语专业词汇元认知策略使用状况	
的具体研究·····	122
第五节 一项对高职院校英语专业写作元认知策略	
使用状况的研究·····	128
一、元认知策略在英语写作中的作用·····	128
二、对高职院校英语专业写作元认知策略使用状况	
的具体研究·····	129
第四章 本书的研究结论和对未来研究的展望·····	134
第一节 本书的研究结论·····	134
第二节 对未来研究的展望·····	136
REFERENCES	138

第一章 绪 论

现代教育的目标是全人教育：即教育是一个终生过程，教育的目的是使学生学会应对变化着的世界。那么我们的学生能成为更成功的学习者吗？作为教师，我们能够帮助他们更有效地学习吗？学习策略的研究使我们对此作出肯定的回答。传统课程侧重于向学生传递知识和技能，忽视教会如何学习。即侧重于教师一言堂的填鸭式而忽视当今我们所倡导的启发式教学。传统教学中老师是教学的主体，在课堂上学生只是被动地接受老师讲授的知识，学生们常有这样一种错觉，好像把老师讲授的东西全部记下来就算完成了学习任务，所以记笔记成了课堂教学的一道风景。学生们都有这样的思想：学习的责任在老师身上而不在自己，学习是老师教出来的，而不是自己学出来的，老师怎么教，自己就怎么学，从不动脑思考如学习目标是什么、学习方式是否适当等问题。老师在教学中仅仅是传递知识的工具，学生是知识的被动接受者。

诚然，学生在漫长的学习过程中会获得一些知识和学习技巧，但在侧重学习结果而忽视学习过程的教学观念指导下，学习者也只是囫圇吞枣地被动接受知识，并没有学习过程体验，不了解知识是如何学来的，不知道自己的学习方式是否适当，缺乏监控、反思学习过程的意识和能力。例如：不善学者可能只是死记硬背地学习英语单词，不掌握记忆的规律，不能选择恰当的学习词汇的策略，那么学习效果可能是事倍功半的。这些学习技巧更多的是如何应付学校课程和考试，而对今后的生活和学习帮助甚少。因为如果学生只是被动地接受了现成的知识，而没有学会如

何学习即不具有自主学习能力，那么离开学校后在漫长的人生路上，当老师不在身边，当我们面对生活和学习中的挑战时，又该如何应对呢？未来社会是信息化时代，知识更新突飞猛进，我们必须不断给自己充电才能适应时代发展。我们都知道给一个人一条鱼，他只能吃一天，而教他学会如何打鱼，他会吃一辈子，所以授之以渔比授之以鱼更为重要，每位学生必须具备自主学习能力，成为独立的科学知识的研究者和独立的问题解决者，才能适应时代和自我发展。

第一节 发展外语教学中的学习策略的理论依据

一、在现代外语教学中发展学习策略是由现代教育理念决定的

(1) 人本主义的教育理论是尊重学生的个人感情和个人需要，强调具有真实个人意义的学习，主张包括认知和情感在内的全人教育。

(2) 建构主义强调的是个体从自身经验背景出发对客观事物的主观理解和意义建构，重现学习过程而反对现成知识的简单传授。

(3) 社会互动理论强调人的学习与发展发生在与其他人的交往和互动之中，而教师是学习者最重要的互动对象。

(4) Marion William & Robert L. Burden. 所建立的理解与学习过程的“社会建构主义模式”是对上述理论的整合和诠释，是本书的理论依据。社会建构主义模式的要义是：知识是由个人自己建构的，而不是由他人传递的；但这种建构发生在与他人交往的环境中，是社会互动的结果；该模式确认了学生、教师、任务、环境四个方面的多种因素对学习过程的影响，而处在中心位置的是知识建构的主体——学生，后三者则构成学习的中介因素和外围环境，对学习者的个人知识建构起着极为重要的作用；该理论还汲取了人本主义的思想精华，特别注重学习者的全

人发展，即除认知发展外，还有以元认知为特征的学习能力的发展、积极的自我概念和个性品质的发展。

二、建构主义教学理论对英语教学的启示

(一) 建构主义理论产生的学术背景

众所周知，在 19 世纪末以前，心理一直是哲学和神学的研究领地。可以说，威廉·冯特实验室在莱比锡的建立是人们试图通过科学的方法系统研究人类心理的开端。当时，威廉·冯特和他的同事们试图运用内省法对人类的意识进行精确的分析。作为对内省法内在主观性的回应，行为主义者主张对心理的科学研究必须限定在可观察的行为和能加以控制的刺激条件上。行为主义作为一个新的心理学学派终于在 20 世纪诞生了。行为主义是植根于实证主义的一个心理学派，在批判经验主义传统的基础上，行为主义者把学习的概念定义为在刺激和反应间建立联结的过程。它的早期理论以条件反射训练来解释所有的学习，认为推动学习的动力主要来源于内部驱动力（如饥饿）和外部力量（如奖励和惩罚）。20 世纪之初，以动物行为研究建模的行为主义“刺激—反应”学习理论的假设在心理学界占据着主导地位。所有学习都被简化为一种源自鸽子和老鼠的心理实验模式。它的基本原则就是“效果律”。行为主义的后期代表人物斯金纳引入了操作概念，扩展了条件反射训练理论。他强调“强化”的作用：个体对刺激做出某种反应，而随后的强化作用，将影响这一行为重复发生的可能性。行为主义对语言教学产生过很大的影响，以结构操练和记忆对话为特征的听说法就是其产物。行为主义的最大局限在于：它只关心可观察到的行为，而否定了学习者的心智过程。

随着对行为主义反思的增强，从 20 世纪 60 年代起，社会科学开始摆脱行为主义价值观的束缚，回溯到皮亚杰和维果茨基的认知的线索又重新凸显出来。作为认知心理学分支的建构主义理论正是在这种背景下产生的。

根据建构主义的观点,知识是发展的,是内在建构的,是以社会和文化的方式为中介的。学习者在认知、解释、理解世界的过程中建构自己的知识,学习者在人际互动中通过社会性的协商进行知识的社会建构。根据这样一种知识的哲学观,教育关注的焦点也从教学转移到学习和学生知识的形成。

在我们大力提倡教育改革和素质教育的今天,建构主义教学理论对英语教学有着深刻的启示。探讨建构主义教学理论及对英语教学的启示,具有积极的现实意义。

(二) 建构主义教学理论

建构主义又称作结构主义,是认知理论的一个分支,是学习理论中行为主义发展到认知主义以后的进一步发展,最早由认知发展领域中最有影响的瑞士著名心理学家皮亚杰于20世纪60年代提出。后来又经过 Vygotsky、J. Bruner 和 G. Kelly 等教育学家补充完善。建构主义强调的是从自身经验背景出发对客观事物的主观理解和意义建构,注重学习的主动性、社会性和情境性,反对现成知识的简单传授。在人们呼吁外语教学改革的今天,建构主义教学理论所倡导的崭新理念有着巨大的现实意义。建构主义教学论对传统的教学而言是一场深刻的教育革命。按传统的观念,教育者在教育活动中处于领导、控制和施发教育影响的权威地位。受教育者则处于被领导、被控制和单纯接受教育影响的地位。在传统的语言学习课堂上,学习者主要的任务就是背诵、记忆教师传授的知识。这种违背人的认知规律的教学方法导致的是更多“惰性知识”的产生。学生在课堂上学习的知识除了用做考试之外,很难举一反三地在实际生活中应用。这不仅造成了教学过程中的费时低效现象,更不利于复合型人才的培养。

建构主义的教学观与传统教学观的区别首先基于对知识看法的差异。从传统的观点看,知识是对客观实在的反映,而教育的目的就是要把前人所获得的知识传递给学生。然而,在建构主义看来,知识则是主动建构活动的结果,它是不能传递给被动的接受者的,它必须由每一个认知者主动建构;从建构主义的观点看,

教师的讲授表面上好像是传递知识，实际上只是在促进学生自己建构知识。教师不会再是一个权威的知识传授者，他的作用是多重。他时而是一个协调者、促进者、资源顾问，时而是一个指导教师或教练。帮助学生合理配置各种资源；引导学生从大量的书籍中摄取所需的内容；激发学生将兴趣投注到看似呆滞的资料中；支持学生捍卫某种观点等等。总之，教师起着中介作用。建构主义教育学家 Glaserfield 也认为教育就是赋予学习者独立思考的权利。教师对建构主义教育学的最好实践是使用对话而不是向学生灌输信息；教师以解决问题的形式向学生提出概念、论点等，问题留待他们去探究。问题解决活动可以使学生获得胜任感、成就感和快乐，这对促进学习是至关重要的。

皮亚杰、布鲁纳和乔治·凯利是建构主义的主要代表人物，下面我们将分别探讨三位学者的建构主义观点及其对教育的启示。

(1) 皮亚杰是认知发展心理学领域的主要人物，他的学说影响最深远的一面是他所强调的学习过程的建构性。建构主义认为，个体一出生便开始积极地从自身经验中建构个人意义，即建立他自己对世界的理解。皮亚杰的兴趣在于了解人们从婴儿到成人是如何学会认识事物的。他的理论是想说明我们学会认识事物是个人经验的直接结果，而在生命的不同阶段我们对经验的理解有所不同。他将这些阶段定义为感觉动力期、直觉期或前运算期、具体运算期和形式运算期。皮亚杰把心灵的发展看作是已有知识和当前经验不断达到平衡的过程，伴随这一过程的是同化与顺应。同化是指新到信息在大脑中经修正后契合并纳入到原有知识体系中去；顺应则是我们对原有知识的修正从而使其能容纳新知识。儿童在不停地实现同化与顺应的过程，其目的是在追求和保持一种平衡，这是儿童认知的理想状态。儿童在同化与顺应过程中，在平衡——不平衡——新的平衡的循环中不断地丰富、提高和发展认知结构。

皮亚杰理论对语言教师具有启示意义。第一，语言学习者积

极地建构语言输入和任务的个人意义，教师的任务是帮助和促进这种建构过程。第二，思维发展与语言和经验关系密切，主要依赖记忆的语言学习不可能产生深刻的思维。第三，语言学习任务的设置要切合学习者的认知发展水平。第四，应用同化和顺应的概念，当我们接收到新语言输入时，需要调整原有的语言知识以便使新信息纳入到该体系中去。

皮亚杰理论也有其局限性。第一，强调自然发展和个人经验，忽视人为干预和直接教育应有的作用。第二，强调“个人”发展，忽视“社会”环境的作用。

(2) 布鲁纳是皮亚杰思想的重要推行者，不同的是他力图将认知发展的理论与课堂教学联系起来。布鲁纳强调教育过程的重要性，强调使学生学会如何学习。他认为教育的目的在于发展理解力和认知的技能与策略，而不是获取关于事实的现成信息，因此他倡导“发现法”教学。布鲁纳主张课程在其固有结构外，应为学生自我发现留有余地。布鲁纳还扩展了皮亚杰的认知理论，提出了儿童的三种不同思维形式，即行动的、图形的和符号的。它们代表了儿童理解和表达经验的基本方式。这三种思维表征是依次发展的，但逐渐变得交叉并存而不是相互取代。布鲁纳并不是纯粹的认知心理学者，他的建构主义倾向表现在他强调儿童与课程教材、教师以及其他人物的互动关系。

(3) 乔治·凯利是被忽略了的建构主义先驱者之一，他的个人构念理论对教育有深刻的启示。每个人都像“科学家”一样不断寻求对周围世界的解释，从事自己的个人试验，建构假设，积极地寻求验证，从而建立起他对所处环境和所交往的人的认识，这种认识就是个人构念，它是因人而异的。人们主动地决定哪些周围事物对他具有个人意义，每个人对世界的个人理解或个人构念都是建立在他个人过去的经验基础上的。这一点对教育的启示是：学习分有意义学习和无意义学习，有价值的学习不是对现成事实的接受，而是新的个人意义和个人理解的建立。课程、大纲固然存在，但教学不可避免地受到教师和学生个人观念和个人情

感、个人对教学内容以及对周围世界的理解的影响。

(三) 建构主义教学理论对英语教学的启示

通过对建构主义教学理论的探讨，我们可以看出建构主义教学理论与英语教学有着内在联系，对英语学科的教学改革有着深刻的启示。

(1) 学习是主动建构意义的过程

建构主义认为学习不是一个被动吸收、反复练习和强化记忆的过程，而是一个以学生已有知识和经验为基础，通过个体与环境的相互作用主动建构意义的过程。建构主义者主张任何学科的学习和理解都不像在白纸上画画，学习总要涉及学习者原有的认知结构，学习者总是以其自身的经验来理解和建构新的知识和信息。即学习不是被动接收信息刺激，而是主动地建构意义，是根据自己的经验背景，对外部信息进行主动的选择、加工和处理，从而获得自己的意义。外部信息本身没有什么意义，意义是学习者通过新旧知识经验间的反复的、双向的相互作用过程而建构成的。学习意义的获得，是每个学习者以自己原有的知识经验为基础，对新信息重新认识和编码，建构自己的理解。在这一过程中，学习者原有的知识经验因为新知识经验的进入而发生调整和改变。所以，建构主义者关注如何以原有的经验、心理结构和信念为基础来建构知识。建构主义者强调学习的能动性，认为教学不能无视学习者的已有知识经验，简单强硬地从外部对学习者实施知识的“灌输”，而是应当把学习者原有的知识经验作为新知识的生长点，引导学习者主动地从原有的知识经验中，生长新的知识经验。教学不是知识的传递，而是知识的处理和转换。教师不单是知识的呈现者，而应该重视学生自己对各种现象的理解，并以此为据，引导学生丰富或调整自己的解释。教师的作用从传统的传递知识的权威转变为学生学习的中介者。教师是学生主体意义建构的帮助者、促进者，而不是知识的提供者和灌输者。学生应是学习信息加工的主体，是意义建构的主动者，而不是知识的被动接收者和被灌输的对象。