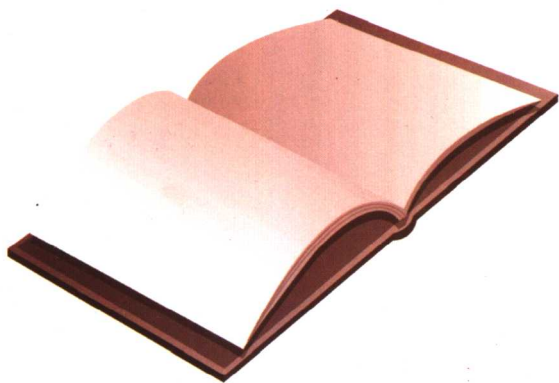


Learning Theories and Methods

学习理论与5方法

张西方 等著



河南大学出版社

学习理论与方法

张西方等 著

河南大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

学习理论与方法/张西方等著. —开封:河南大学出版社, 2006. 10

ISBN 7-81091-537-1

I. 学… II. 张… III. 教学心理学 IV. G441

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2006)第 124813 号

责任编辑:董庆超

封面设计:马 龙

出 版 河南大学出版社

地址:河南省开封市明伦街 85 号 邮编:475001

电话:0378—2864669(行管部) 网址:www. hupress. com

排 版 河南大学出版社印务公司

印 刷 黄委会设计院印刷厂

版 次 2006 年 10 月第 1 版 **印 次** 2006 年 10 月第 1 次印刷

开 本 890mm×1240mm 1/16 **印 张** 12

字 数 312 千字

印 数 1—3000 册

ISBN 7-81091-537-1/G · 795

定 价 27.80 元

(本书如有印装质量问题请与河南大学出版社营销部联系调换)

前 言

实现真正的学习革命,就要破解知识获得过程之谜,运用有效的学习理论、学习方法,充分挖掘学习者的潜能,达到教是为了不教、学要学会还要会学的理想境界。近年来,我国学者从不同的视域出发,出版了一系列适宜不同领域的人们学习的学习理论与方法方面的著作,发表了许多有实践指导意义的学术论文和课题研究成果。为了更好地服务并满足学习者尤其是广大师生学习之需,我们在对以往成果进行总结和梳理的基础上编写了《学习理论与方法》这部著作。

这部著作的编写,立足于杨作龙、张辛卯、尚东涛、杨淑芝等教授主持的省部级课题的研究成果。作为课题研究,他们不仅执笔起草了若干篇章的内容,而且还对本书的编写作了认真的指导。对四位专家付出的辛勤劳动,在此表示衷心的感谢!

本书由张西方负责体例安排、审编、统稿等全面工作。张西方、马锦华、张运礼、刘英丽等分工撰写。具体分工是:张西方,第一、二、四、六、十、十一章;马锦华,第三、五、七、八、九章;张运礼,第十二、十三、十四、十七章;刘英丽,第十五、十六章。

理论性、实用性、可读性、系统性是本书的主要特点。本书从学习、学会学习与教会学习的基本理论出发,对以往已有的学习理论进行了梳理和选择,探讨了中外学习思想和学习理论,如古代中国和 20 世纪前西方的学习思想、行为主义学习理论、班杜拉社会学习理论、认知主义学习理论、布鲁纳认知学习理论、奥苏贝尔意义学习理论、加涅折中主义学习理论、当代人本主义学习理论、皮

亚杰建构学习理论、掌握学习与研究性学习等。通过理论的梳理和研究,从多元的学习理论视野中,探索人类学习过程的本质与规律,总结了一套有效实用的学习方法,如学习的记忆方法、主要学科的学习方法、研究型学习方法、阅读型学习方法、考试型学习方法、相似学习方法等。

通过对本书的学习,作为教师,不但能够系统掌握学习理论,全面把握学习方法,使对学生学习活动的指导恰到好处,而且对于自己学习的提高也有极大的帮助;作为学生,不但会在一定的学习理论指导下使自己的学习更加科学,而且对学习方法的掌握,将会使自己的学习更加有效,达到“举一反三”、“事半功倍”的学习效果;作为一般的学习者,也会获益匪浅。我们衷心希望学习者通过对本书的学习,在掌握运用相关学习理论和学习方法提高学习效率的同时,创新出适合自己的独特的学习方法,建立起自己的学习方法系统,在学习、事业中取得更大的成绩。

本书在编写过程中,学习并吸收了一些专家、学者的科研成果,在此谨致谢意。本书得以出版,受到了河南大学出版社史锡平、董庆超等同志的大力支持,特表示感谢。

由于我们的水平所限,错漏之处在所难免,诚望读者不吝赐教,批评指正。

编者

2006年5月

目 录

第一章 绪论	(1)
第一节 学习、学会学习与教会学习	(1)
第二节 学会学习与学习经验、学习理论和学习方法	(11)
第三节 本书的结构和学习理论与学习方法的选择	(17)
第二章 古代中国和 20 世纪前西方的学习思想	(22)
第一节 古代中国的学习思想	(23)
第二节 20 世纪前西方的学习思想	(37)
第三章 行为主义学习理论	(48)
第一节 桑代克的学习理论	(49)
第二节 巴甫洛夫的学习理论	(56)
第三节 斯金纳的学习理论	(63)
第四章 班杜拉社会学习理论	(73)
第一节 班杜拉社会学习理论概述	(74)
第二节 社会学习的原理	(81)
第三节 观察学习的过程	(85)
第四节 班杜拉学习理论的评价	(90)
第五章 认知主义学习理论	(92)
第一节 认知主义学习理论概述	(92)
第二节 格式塔学派的“顿悟说”	(94)
第三节 托尔曼的“认知—期待”理论	(103)

第六章 布鲁纳认知学习理论	(114)
第一节 布鲁纳认知学习理论的基础理论.....	(115)
第二节 概念获得的理论.....	(126)
第三节 发现学习.....	(129)
第四节 布鲁纳认知学习理论的评价.....	(133)
第七章 奥苏贝尔意义学习理论	(135)
第一节 奥苏贝尔的认知结构同化论.....	(136)
第二节 奥苏贝尔的有意义言语学习理论.....	(140)
第三节 奥苏贝尔的学习组织原则.....	(152)
第四节 奥苏贝尔意义学习理论的评价.....	(154)
第八章 加涅折中主义学习理论	(158)
第一节 加涅关于学习的概述.....	(159)
第二节 学习的分类和学习的结果.....	(167)
第三节 加涅的教学理论.....	(174)
第四节 加涅学习理论的评价.....	(176)
第九章 当代人本主义学习理论	(179)
第一节 人本主义学习理论概述.....	(180)
第二节 马斯洛的学习理论.....	(187)
第三节 罗杰斯的学习理论.....	(194)
第十章 皮亚杰建构学习理论	(202)
第一节 皮亚杰理论的基本观点.....	(203)
第二节 皮亚杰认知发展理论.....	(206)
第三节 皮亚杰的学习理论.....	(215)
第四节 皮亚杰学习理论的评价.....	(219)
第十一章 掌握学习与研究性学习	(222)
第一节 掌握学习.....	(222)
第二节 研究性学习.....	(236)
第十二章 学习的记忆方法	(250)

第一节 记忆概述·····	(250)
第二节 记忆策略·····	(259)
第三节 记忆的特种方法——识记·····	(269)
第十三章 主要学科的学习方法·····	(280)
第一节 通用型学习方法·····	(280)
第二节 专用型学习方法·····	(287)
第十四章 研究型学习方法·····	(308)
第一节 研究型学习方法与其他学习方法的关系·····	(308)
第二节 创新学习方法·····	(314)
第十五章 阅读型学习方法·····	(323)
第一节 阅读型学习方法概述·····	(323)
第二节 名人读书法介绍·····	(332)
第十六章 考试型学习方法·····	(337)
第一节 考试与学习·····	(337)
第二节 考试的学习方法·····	(342)
第十七章 相似学习方法·····	(357)
第一节 思维组块的相似训练·····	(357)
第二节 相似学习模式·····	(367)
主要参考文献·····	(373)

第一章 绪 论

在学习化社会,学校必须把教育的对象变成自己教育自己的主体,使受教育的人成为教育他自己的人,别人的教育成为这个人自己的教育,学习者成为他们获得的知识的最高主人而不是消极的知识接受者,贯彻教是为了不教、学不仅要学会而且要会学的教育基本原理。因此,在教育研究领域,必须加强学习理论和学习方法的研究。什么是学习,什么是学会学习和教会学习,它们之间的关系及与学习理论和学习方法之间的关系怎样,以及学习理论和学习方法的选择等,是本章要探讨的主要问题。

第一节 学习、学会学习与教会学习

一、学习的意义

(一) 学习的概念

《辞海》说,学习一词最早见于《礼记·月令》:“鹰乃学习。”学,效;习,小鸟频频飞起,指小鸟反复学飞,后引申为复习、温习。也有人认为,学与习连成一个词,是缘于孔子的“学而时习之,不亦说乎”等语。

学习在某种意义上,是人的一种本能活动,是人的最有生命意

义的一种活动。正由于此,许多教育家、哲学家、心理学家和思想家对学习进行了大量研究。但是,至今仍没有一个比较公认的学习的定义。不过,这并不妨碍人们对“学习”一词的理解,这种理解有广义和狭义之分。

在广义上,对学习概念的理解较为流行的有两种:其一,学习是经验引起的行为的变化过程。这种理解不仅指人的学习,而且包括动物的学习。在生物学的意义上,学习是动物自下而上发展的基本手段。虽然动物的学习与自己的生命活动“直接同一”^①,但并不能因此说动物就没有学习。从科学的立场上出发,“使自己的生命活动本身变成自己的意志和意识的对象”^②的人的学习,与动物的学习也有着本能性的一致性,即首先是为了生存,为了适应生存的环境。当然,人的学习与动物的学习是不同质的。比如,人的学习以语言符号为中介,是有意识的自觉的活动,具有社会性和历史性特征等。其二,“学习是人的倾向或能力的改变,这种改变能够保持,而不能把它单纯地归之于生长的过程”^③。对学习的这种理解,是美国的教育心理学家加涅(R. M. Gagne)提出来的。这种理解尽管与前种理解在基本倾向上都可以归结为行为主义的,但它着重强调的不是学习者的外部行为的变化,而是内在能力和倾向的变化,而“内在能力和倾向的变化”则需要经过多次的观察与测量才能推测出来。

在狭义上,学习指学生的学习,是学生按照一定的目标,有组织地系统掌握知识、技能,发展能力的过程。学生的学习,既有学习的一般规定性,又有特殊性。我国心理学家林崇德先生认为,学

① 《马克思恩格斯全集》第42卷,人民出版社1979年版,第96页。

② 《马克思恩格斯全集》第42卷,人民出版社1979年版,第96页。

③ [美]莫里斯·L. 比格:《学习的基本理论与教学实践》,张敷荣等译,人民教育出版社1991年版,第176~177页。

生学习是在教师指导下,以学习动机为动力,运用学习策略,超过直接经验阶段,获得知识经验、技能技巧,发展智力和提高道德水平的过程。

我们认为,对学习概念的理解,既不应只从狭义的立场出发,又不宜只从广义的立场上着眼,而应将二者统一起来。因为,狭义的学习以广义的学习为一般规定,广义的学习包含着狭义的学习。在人或人类生存和发展的意义上,学习没有广义和狭义之分。

(二) 学习是人生成和发展的基本方式

既然在人或人类生存和发展的意义上,学习没有广义和狭义之分,它作为总体,就成为人生成和发展的基本方式。那么,对此应怎样理解呢?

1. 学习是人生成为人的基本方式

在类的层面,人是从动物界生成的。以目前的科学研究及其进展来看,人类与类人猿在同一条进化道路上分道扬镳,大约是在2500万年前。但是,这并不表明人与动物在进化中有截然分明的界限。因此,我们不能说,人脱离动物界的历史,不与动物界的进化史有某种程度的重合性或受某种程度的限制。对灵长目动物行为的研究表明,人类行为在相当程度上受生物特性的“模塑”。但是,我们可以说,自人类与类人猿分道扬镳起,人就与动物界区别开来。这种区别,是生物性因素与文化性因素整合的表征,只不过文化性因素的作用更具根本性。在马克思看来,这种文化性因素即是劳动。他说:“整个所谓世界历史不外是人通过人的劳动而诞生的过程。”^①劳动作为“人与自然之间的物质变换”,具有“人类生活得以实现的永恒的自然必然性”^②。因为,只有劳动,才能使“自

① 《马克思恩格斯全集》第42卷,人民出版社1979年版,第131页。

② 《马克思恩格斯全集》第23卷,人民出版社1972年版,第56页。

然向人生成”中实现外在自然的人化和自然人的人化即内在自然的人化。前者既是人生成为人的外在的客观方面的构建,又是人生成为人的自然界前提。后者既是人生成为人的内在的过程,又是人生成为人的结果。对此,在某种意义上,这种改变可以归结为改变自然中对人的内在自然的改变。但是,不论是改变自然,还是对自身的改变,人都必须学习。因为,人的劳动在指向外部自然界的同时,也指向“自己的生命活动本身”^①,如果不把握外部自然界和“自己的生命活动本身”,就根本没有办法指向它们。而把握它们,在发生学意义上则是生物性的经验过程。这种经验过程就是学习,而且是最元初意义的学习。同时,这种经验过程与劳动过程具有统一性,因为只有在劳动实践中才能取得经验。因此,劳动就是学习。如果在某种意义上不得不说“劳动创造了人本身”^②,那么这一命题的另一种表述就是,在某种意义上不得不说“学习创造了人本身”。

在个体的层面,初生的人真正成为人,同样离不开学习。一方面,我们可以在学习对作为类似人的生成的决定性作用中得到启发,因为人类从动物界生成的历史是个体的人生成的历史的“放大”。另一方面,个体的人只有在与外在的自然、社会的关系中才能生成。“关系的思想依赖于符号的思想。没有一套相当复杂的符号的体系,关系的思想就根本不可能出现”。^③而复杂的符号体系的把握,只能首先或基本上依赖于个体的学习。没有学习,个体的人生成为真正的人是不可思议的。迄今关于“野孩”的所有研

① 《马克思恩格斯全集》第42卷,人民出版社1979年版,第96页。

② 《马克思恩格斯全集》第20卷,人民出版社1972年版,第509页。

③ [德]恩斯特·卡西尔:《人论》,甘阳译,上海译文出版社1985年版,第48页。

究,都证明了这一点^①。

2. 学习是人发展成为人的基本方式

人的生成意味着人的发展,但人的发展是人基本生成为人的继续生成,因而人的发展与人的生成相比较,是更高层面上的人的生成。在历史主义的视域内,若以马克思将人类史划分为三大社会形态的理论为基底^②,人的发展的历史形态可以相对区分为“原始的丰富”、“分工的丰富”和“丰富的个性”。在第一大社会形态,人的发展建立在自给自足的生活方式之上,个体必须熟悉生产全过程,通晓多种劳动技能。只有这样,个体才能“生产出(也就是发展)某些才能”^③。因而可以将人的发展的这种状态释为“原始的丰富”。尽管如此,也必须以学习为根本前提,因为熟悉生产全过程或通晓多种劳动技能即发展自己才能的途径只能是学习。在第二大社会形态,人的发展以分工为基础。尽管分工造成了“人的细分”^④,每个人的发展在一定意义上只是片面的发展,但是从社会总体讲仍然有了巨大的进步。因而,片面的发展了的人比起“原始的丰富”的人仍是前进了许多。这种前进或发展同样以学习为根据。因为尽管具体到某个人,可能的分工不是从事艺术性或创造性的劳动,即使从事的是一种“活的孤立的附属品”^⑤类的劳动,也必须学习,如学习对机器的操作、学习对协作的适应等等。至于从事创造性或艺术性的劳动,学习的意义则更为突出。在这一社会形态内,人试图发展成为时代的真正的人,学习在某种意义上也就

① 瞿葆奎主编:《教育与人的发展》,人民教育出版社1989年版,第104页。

② 《马克思恩格斯全集》第46卷,人民出版社1979年版,第492页。

③ 《马克思恩格斯全集》第46卷,人民出版社1979年版,第485页。

④ 《马克思恩格斯全集》第23卷,人民出版社1972年版,第392页。

⑤ 《马克思恩格斯全集》第46卷,人民出版社1979年版,第469页。

比第一大社会形态更具有决定性的意义。对于这一点,可以在下面的讨论中得到进一步的确证。马克思的第三大社会形态,是未来思想的社会形态。在这种社会形态中,人的发展表示为“丰富的个性”。这种“丰富的个性”在马克思那里,一方面现实化于自由时间的充裕,另一方面现实化于分工的超越。自由时间的充裕建立在劳动生产率的极大提高之上,这需要高度发达的科学技术及人对科学技术的运用,显而易见这需要学习。分工的超越意味着人可以自由地从事任何一种自己愿意从事的职业,如果没有对尽可能多的职业技能和基础知识的学习,实现这一点是不可能的。因而,学习对于第三大社会形态的人发展成为人来说更为重要。

在现实主义的立场上,学习对于人的发展来说,不仅具有理论的或历史性的意义,而且特别显著的是具有现实意义。在知识经济时代,知识已经成为生产、生活的基本要素。与知识经济同样重要的概念还有知识社会、知识生活等。如果说知识经济是一种创新经济,那么知识社会、知识生活则是一种文明的创新社会和生活。最早在当代意义上提出“创新”概念的是美国经济学家熊彼德,他在《经济发展理论》中指出:创新是企业对生产要素的新的结合,包括引入一种新的产品或提供一种产品的新质量,利用一种新的生产方法,开辟一个新的市场,获得一种原料或半成品的新的结合来源,实行一种新的企业组织形式等。其实,不仅经济需要创新,社会和生活也需要创新。创新具有综合性和知识性特征。而创新的综合性、知识性特征,则使每一个试图立足当代社会的人或在当代社会发展成为一个真正的人的人来说,唯一的着力点就是学习。因为,在人类知识总量极大丰富,企业与企业、国家与国家、民族与民族、人与人之间的创新竞争非常激烈的情形下,“做到在别人智慧的基础上‘复制优势’”的方法,就是学习。因而,有人说当代是“学习时代”,当代的人是“学习的人”。换句话说,在当代,没有学习或没有有效的学习,人就难以发展成为当代的真正的人。

当然,学习的意义不仅在于人的生成和发展层面。但是,人的生成和发展层面是学习意义的最深刻或最本质的指向。因为,“任何一种解放都是把人的世界和人的关系还给人自己”^①,学习意义的所有指向都归结于人的生成和发展,归结于人。

二、学会学习

(一) 学会学习的概念

学习是一种极为复杂的现象,从对人的生成与发展具有根本性的决定意义来讲,它是一种以个体为根据的主体性活动。许多学者对学习现象进行了深入研究,提出了不同的见解。如果从学习内容层面分析,学习至少包括语言学习、人文和科学知识学习、技能学习、心智的或思维活动方式的能力学习、行为准则和道德品质的学习等等。如果把学习内容放在人的生成和发展的总体性目的的视域内,就产生出学习效益的问题,换句话说,就是评价学习。评价学习的关键在于评价学习效益的实现程度,即学习是否有效地或成功地推动人的生成和人的发展。尽管人的生成和发展,在不同历史空间中有不同的历史尺度,在不同条件下有不同的具体预期,但学习的效益指向推动人的生成和发展的目的是永恒的。提高学习效益,与多种因素相关,但根本的因素是个体是否“会学习”。尽管包括人在内的所有动物都具有“学习”的本能,都会“学习”,但如果把“会学习”赋予人的属性,就特别要强调学习不是与自己生命活动“直接同一”式的学习,因而本能式的“会学习”,在质上不是人的学习。人的学习不仅要指向学习的“对象”,同时还要指向学习,即要“学习学习”或者说要“学会学习”。

^① 《马克思恩格斯全集》第1卷,人民出版社1956年版,第443页。

什么是学会学习？可以从两种意义上来解释。在过程意义上就是个体利用各种条件对自己获取知识的能力的培养。这里所说的知识并非传统理解中的狭义的知识，而是当代理解的广义知识。一般而言，“学会学习”作为个体的一种能力或素质，主要指学习的合目的合规律的选择能力，至少包括学习动机的选择能力、学习目标的选择能力、学习对象的选择能力、学习途径的选择能力等。在方法论意义上就是个体掌握、运用学习策略。掌握学习策略，就是掌握学习的方法体系，把学习的目的性、监控性、积极性和创造性统一起来。运用学习策略，就是作出新颖、独特且有意义的决定，形成学习活动，包括制订学习计划、监控学习目标、创设学习情境、激发学习动机、理解知识、迁移运用、获得新知，以及检查、评估、矫正和反馈等。

（二）学会学习的意义

1. 学会学习是适应当代科学技术飞速发展的需要

一方面，近代以来，特别是二战以后，全球科学技术知识总量增长极快，有研究表明每隔 7~10 年科技知识总量就会翻一番；另一方面，科学技术知识不仅是量的增加，而且是质的飞跃，科学技术知识的更新周期缩短。面对这种现实，“学什么”、“怎么学”的问题就成了学习的十分严峻的现实问题。如果不“学会学习”，就难以应对科技知识“爆炸”的现实。

2. 学会学习是适应当代哲学社会科学知识“多元繁荣”局面的需要

这种情形，不仅展示为历史的积累，同时展示为当代的构成。面对“多元”的哲学社会科学知识，同样有一个“学什么”和“怎么学”的问题。因为，如果把学习定位于人的生成和发展的基本方式，哲学社会科学知识对人的发展在某种意义上，与科学技术知识同样重要。

3. 学会学习是适应学习型社会的需要

20 世纪 60 年代,联合国教科文组织提出了“向学习化社会前进”的目标,发表了《学会生存——教育世界的今天与明天》的报告;90 年代欧盟发布了《教与学:迈向学习社会》的白皮书;联合国教科文组织 21 世纪教育委员会发布了《学习:内在的财富》的报告书等。我国 20 世纪 80 年代末,一些学者在全国职工学习科学研究会课题组组织出版的《职工学习学》一书中,论述了我国“学习化社会”的问题,提出了“学习化中国”的概念。此后,有关“学习型社会”和“终身学习”的研究不断深入。2001 年 5 月,江泽民同志在亚太经合组织人力资源能力建设高峰会上,提出了“构筑终身教育体系,创建学习型社会”的号召,并得到了社会各界的广泛响应。紧接着,创建学习型城市、学习型家庭等活动蓬勃展开,并得到了迅速发展。学习型社会需要社会成员终身学习,这样如果不“学会学习”,在学习型社会中就难以推动自己的全面发展,就难以为社会作出应有的贡献。

三、教会学习

如果说“学会学习”,是每一个社会成员在当代发展自己的理智选择,那么“教会学习”则是从事教师职业或准备从事教师职业的社会成员的责任和义务,即教师和师范生的职业规定。所谓“教会学习”,是指教育者运用合理的手段,引导受教育者主动掌握获得知识的能力的活动或过程。

教师的教育教学活动对学生各种能力的提升,有极为重要的作用。如果说,学生“学会学习”是推动自己全面发展的一把“金钥匙”的话,那么学生获得这把“金钥匙”除了自己的努力之外,极为重要的就是教师的教育教学活动的指导和帮助。当教师的教育教学活动指向推动学生“学会学习”时,就有利于学生“学会学习”;否