

# 找对

*Find the Right Way to Learn English  
—Primary Learner's English  
Learning Strategy*

# 英语学习方法

## ——初级学习者的学习策略研究

周玉洁 著



对外经济贸易大学出版社

University of International Business and Economics Press

# 找对英语学习方法

## ——初级学习者的学习策略研究

周玉洁 著

贵州师范学院内部使用

对外经济贸易大学出版社  
中国·北京

图书在版编目 (CIP) 数据

找对英语学习方法：初级学习者的学习策略研究 /  
周玉洁著. —北京：对外经济贸易大学出版社，2018.7  
ISBN 978-7-5663-1938-8

I. ①找… II. ①周… III. ①英语-学习方法 IV.  
①H319.3

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2018) 第 130322 号

© 2018 年 对外经济贸易大学出版社出版发行

版权所有 翻印必究

找对英语学习方法

——初级学习者的学习策略研究

周玉洁 著

责任编辑：董 黛

---

对外经济贸易大学出版社

北京市朝阳区惠新东街 10 号 邮政编码：100029

邮购电话：010-64492338 发行部电话：010-64492342

网址：<http://www.uibep.com> E-mail：[uibep@126.com](mailto:uibep@126.com)

---

北京九州迅驰传媒文化有限公司印装 新华书店经销

成品尺寸：170mm×240mm 8.25 印张 126 千字

2018 年 8 月北京第 1 版 2018 年 8 月第 1 次印刷

---

ISBN 978-7-5663-1938-8

定价：29.00 元

# 前 言

随着全球化和信息化的纵深发展，英语作为全球通用语言，已成为受教育者必备的技能之一。对英语教育的研究，对象由以教师为主体转向以学习者为主体，越来越重视学习者的性格特征和认知风格。教师的发展趋势逐渐由传统的课堂领导者转向引导者、协作者和评估者。适合学习者个性化特征的系统的学习方法近年来受到重视。

在这样的大背景下，本书以初级学习者 of 立脚点，探讨和研究与之适应的英语学习策略。笔者对初级学习者的界定不以年龄和学段为依据，而是以英语实际水平为划分标准。随着社会的发展，小学生过大学英语四级已不再新鲜，而成人认不全 ABC 的也大有人在。笔者所在的职业院校，根据英语程度，其一半左右的生源可界定为初级学习者，因此，选择以初级学习者 of 视角和基点进行探讨，具有一定的研究基础和实际意义。

无论是初级学习者还是高级学习者，有意识或无意识地都在运用自己的一套学习策略，但是策略的使用却大不相同。高级学习者通常已经建立起系统的英语知识体系，更侧重于对文化和习惯用语的认知和积累，语言环境和文化理解是语言技能提高的关键，学习策略也随之有相应的组合。适用于初级学习者的一系列策略如记忆策略、认知策略、情感策略、元认知策略等对高级学习者已不是主要使用策略。高级学习者对自己的认知特征更加了解，使用策略更得心应手。相对地，初级学习者无论从情感的调整、记忆的技巧，还是认知的方法、学习活动的组织等，都没有形成适合自己的有效方法，容易受他人影响。如果没有正确的引导，初级学习者会陷入恶性循环，甚至彻底放弃学习。因此，初级学习者更需要学习策略的指导和培训，教师和家长对初级学习者需要更多的理解和支持，这也是笔者研究的初衷。如果能使初级学习者对使用学习策略有所启发，能使教师和家长在关注孩子学习态度的同时，对学习方法的使用适当重视和引导，笔者就倍感欣慰了。

学习方法是一般的概念，学习策略则是学习者系统的学习方法组合，因此本书的副标题，具体说明了本书研究的着眼点为初级学习者，研究对象为一系列的学习方法组合，即学习策略。

最后，笔者衷心感谢平若媛老师对本书创作的指导，感谢北京财贸职业学院领导对本书的大力支持，感谢科研处的项目资助，感谢人文学院领导的鼓励。

作者

2018年3月10日

# 目 录

第一章 外语学习策略研究理论概述 .....	1
一、学习策略是什么? .....	3
二、学习策略研究是如何发展起来的? .....	4
三、本书的研究意义 .....	7
四、第二语言学习策略的分类 .....	9
五、Oxford (1990) 理论简述 .....	11
六、一点说明 .....	13
第二章 初级学习者的界定 .....	15
一、关于学习英语的几点错误认识 .....	17
二、初级学习者的界定 .....	23
1. 界定初级学习者的必要性 .....	23
2. 初级学习者的界定 .....	25
3. 初级学习者的分类 .....	29
4. 初级学习者的特征 .....	33
三、小结 .....	35
第三章 动作型和依存型学习者的学习策略 .....	39
一、动作型学习者的学习策略 .....	41
1. 元认知策略 .....	41
2. 情感策略 .....	59
3. 补偿策略 .....	67
4. 小结 .....	74
二、依存型学习者的学习策略 .....	74

第四章 独立型学习者的学习策略 .....	81
一、记忆策略 .....	83
1. 联想记忆 .....	83
2. 利用图像、声音和动作 .....	85
3. 有效复习 .....	89
4. 记忆策略适用语言信息的“输出”吗? .....	90
二、认知策略 .....	91
1. 练习 .....	91
2. 语言信息的接收和发出 .....	98
3. 分析与推理 .....	99
4. 创建认知结构 .....	103
三、小结 .....	106
第五章 活动推荐 .....	109
附录 .....	117
参考书目 .....	121

## 第一章

# 外语学习策略研究理论概述

贵州师范学院内部使用



## 一、学习策略是什么？

在有关学习策略的研究中，学习策略的定义是一个基本的问题。诸多学者都提出了自己的看法和理解。关于学习策略的英文，有的学者用“study strategy”，“language learning strategy”，“learning strategy”，“learning tactics”，“language learner strategy”，“learning approach”，“learning technique”等。在本书中，选用 Oxford（1990）<sup>[1]</sup>的“learning strategy”的英文表达。目前为止，关于学习策略的定义学术界还没有达成完全的统一，但是从诸多学者对学习策略的界定中，可以看出很多相同的特征。比如：

Stern（1983）<sup>[2]</sup>将学习策略和学习技巧进行了区分，认为“学习策略是指语言学习者采用学习方法的总趋势和总特征”。

Tarone（1983）<sup>[3]</sup>认为学习策略是“为提高目标语学习中的语言能力和社会语言能力而做出的努力”。

Weinstein 和 Mayer（1986）<sup>[4]</sup>认为“学习策略指学习者在语言学习过程中的想法和做法。这些想法或做法直接影响学习者的语言编码。”

Wenden 和 Rubin（1987）<sup>[5]</sup>指出“学习策略是有助于学习者自我构建的语言系统发展的策略，这些策略能直接影响语言能力发展”。

O'Malley 和 Chamot（1990）<sup>[6]</sup>把学习策略定义为“学习者在学习过程中用于帮助理解，学习和记忆新信息的特定的思想和行为”。

Oxford（1993）<sup>[7]</sup>认为“学习者为提高第二语言技能而有意识地采取的行动、步骤、方法。这些策略可以促进第二语言的内化、储存、修正和使用”。

Rod Ellis（1994）<sup>[8]</sup>认为“学习策略是由与整个语言习得和语言使用过程中某个具体阶段相关的心理和行为活动组成的”。

Cohen（1998）<sup>[9]</sup>认为“学习策略指外语学习策略和运用策略，指学习者在学习中有意选择的步骤和行动”。

中国学者文秋芳（1996）<sup>[10]</sup>认为“学习策略指为有效学习而采取的措施”。

还有其他学者给出的定义，在这里就不一一列出了。看过这些学者们对学习策略的定义后，相信读者对于学习策略是什么有了一个大致的理解和界定。这里，作者尝试总结以上诸位学者对于“学习策略是什么”的定义。学习策略的使用主体是学习者，是人。学习策略的使用对象是第二语言的习得，或者说是目标语的习得，既不能笼统地理解为语言的习得（因为语言包括母语，即第一语言，又包括第二语言，即目标语），又不能将第二语言或者外语盲目的理解为英语，英语只是其中的一种。在中国，人们通常把外语当成英语。学习策略的目标是有效的语言学习和应用，是为了有效提高学习者目标语的实际交流应用能力。学习策略是学习者在学习过程中，或者说在学习的各个具体阶段有意识或无意识的思想和行为。学习策略是能够被观察、记录和总结的，是能够被学习、接收、修正、改进、评价和判断的。正是因为学习策略的这些本质特征，才会有中外学者关于学习策略的孜孜不倦的探索和研究。

## 二、学习策略研究是如何发展起来的？

1975年，John Rubin (1975)<sup>[11]</sup>一般被认为开创了语言学习策略研究的先河，在 *TESOL Quarterly* 杂志上发表了一篇著名的论文，论文中提出了善学者，即成功的语言学习者学习语言的几个过程，首次将学习策略分为间接策略和直接策略。后来的著名学者 Oxford 在对学习策略的分类中也将学习策略分为直接策略和间接策略两大类。Rubin 的这篇文章开启了关于语言学习策略的研究。

Stern 和 Naiman 也是最早研究学习策略的学者。Stern (1975<sup>[12]</sup>, 1983) 的研究集中在对学习策略的识别和分类。用调查问卷，访谈等研究方法发现成功的语言学习者的学习策略和心理认知有许多相似之处，并归纳了四种有效学习策略：主动计划策略 (active-planning strategy)，学术策略 (academic-strategy)，社会策略 (social strategy) 和情感策略 (affective strategy)。1978年，Naiman 等<sup>[13]</sup> 出版了 *The Good Language Learner*。这本书开始就提出了这样

的预设：通过观察理解“good learner”，即成功的语言学习者的学习过程，可以提高语言的教学质量，并且提升“bad learner”即语言学习不成功者的学习效果。这本书对学习策略的分类更加细致，并且聚焦于学习者各种变量(learner variables)，分析了学习者的个性、认知风格、语言学习策略、学习态度等，可以说大大拓展了研究视野。

早在1972年，Selinker<sup>[14]</sup>发表了论文*Interlanguage*，提出了与论文同名的著名概念“中介语”(interlanguage)，认为第二语言学习者由一套系统的规则所支配，这套规则既不同于第二语言规则本身，也不同于母语学习规则。在学习者的学习过程中，他们不仅需要模仿第二语言的使用者，而且还要建立一套全新的语言学习系统，这套系统对于学习者来说是独一无二的。Selinker将这种学习规则称为“中介语”。这套对于第二语言学习者来说独一无二的规则涵盖了很多语言行为和学习方法，并且提出了语言学习策略和语言使用策略、交际策略。

Canale (1980)<sup>[15]</sup>提出了交际能力(communicative competence)的概念，即语言使用者的句法、词法、语音等语法知识及如何得体使用语言的社会知识。认为策略能力(strategic competence)是交际能力的重要组成部分。策略能力自然融入到语言学习和语言使用当中，所以语言运用和语言学习策略有重合部分也在情理之中。

总的来说，这一阶段是研究的初始阶段，虽然学者们通过调查问卷、访谈、研究文献及教学经验等研究方法提出了很多学习策略，并试图将这些学习策略分类，但是由于研究方法等的局限性，这一时期的研究对学习策略的归纳并不完善也不系统。策略之间的关系也被忽略，没有主次之分，这些著名学者大都是在其他的理论框架下提出了学习策略的概念，但并没有专门的理论指导。学习策略本身是不易察觉、观察和统计的。学习者本身在运用学习策略进行第二语言的学习和使用过程中，甚至意识不到自己运用的某些策略，也很难准确描述全部的学习策略，从外部就更难观察到了。这一阶段虽然存在诸多缺陷，但为成功学习第二语言的研究开辟了一个新的视野，并未后续的研究奠定了必要基础。

20世纪80年代，关于学习策略的研究进一步发展。这一阶段的研究逐渐

有了系统的理论指导。具体表现为，O'Malley (1987)<sup>[16]</sup>首次提出学习策略可以促进学习者描述性知识，也称陈述性知识和程序性知识的学习。这样就把学习策略过程中的信息加工模式带入到二语习得的理论当中。这样的研究模式实际上将学习策略纳入到了认识心理学的理论框架下。如此一来，学习策略的研究有了具体的理论指导，它的定义与分类相较于研究的初始阶段更加系统和明确，向前迈出了一大步。直到今天，这个理论框架仍然奠定了学习策略的理论基础。除了有系统的理论指导外，研究者们越来越关注学习者本身的个人风格和因素对学习策略使用的影响。比如，Reiss (1981<sup>[17]</sup>, 1985<sup>[18]</sup>)认为学习者的认知风格会影响学习策略的使用。他认为成功的语言学习者和不成功的语言学习者在学习策略的使用上并没有太大差异，而不同的语言学习成功者在学习策略的使用上也没有太多的相似性。同时，研究者们（比如 Stevick, 1989<sup>[19]</sup>）也开始关注学习动机对学习策略的影响，学习者的自我调节（self-regulation）策略，即学习者会自我控制、指导和规范自身的行为和学习环境，以有效达到学习目标。O'Malley (1985)<sup>[20]</sup>等发现越高级的学习者使用的学习策略越多、越全、越高级。这一时期，对于善学者和不善学者的学习策略对比研究开始出现。Oxford (1986)<sup>[21]</sup>认为学习策略是可以被识别和研究的，甚至是可以量化的。据此她制定了著名的“语言学习策略量表”，简称 SILL 量表。这个量表被翻译成多种语言，几经修订沿用至今，目前仍然是全世界研究者使用最广的研究量表。

到了 20 世纪 90 年代，Cohen (1998)，Chamot (1999)<sup>[22]</sup>陆续发表了学习策略培训和训练的专著。如何进行学习策略培训，如何将学习策略融入教学当中仍然是现在研究的热点和难点。Oxford (1990) 不仅对学习策略进行了详细分类，还对每一个学习策略的培训提供了方法。此外，还有 Weistein (1991) 探讨了教师在学习策略培训方面发挥的重要作用。Cohen (1998) 对学习策略的培训和学习策略的评估进行了积极的研究。这些学者在对于教师的作用转变方面是一致的，同时主张教师可以使学习者在学习过程中变得更自主。

O'Malley (1990) 和 Oxford (1996)<sup>[23]</sup>开始关注学习策略与文化的关系，认为学习策略不仅和学习者个人因素有关，还和学习者所处的文化环境和文

化背景密切相关。因此，学习策略的使用和指导对于不同文化的学习者来说作用不同，差异明显。

任何理论都不是完美的，其适用性也是相对的。有关学习策略的一系列相关理论也受到各方质疑和批评。Dörnyei 等 (2005)<sup>[24]</sup>对有关学习策略的理论提出了尖锐的批评。Dörnyei 主要关注第二语言动机自我系统的研究。他认为学习策略的定义非常不严谨科学。学习策略不可能同时具备认知、情感、行为等特征，而只能是其中的某一种特征。还认为学习策略的分类太过于重复冗余。他对于 Oxford (1990) 的 SILL 的测量量表也不认同，认为设计的有很多不合理的地方。

关于研究的不足，学者们也在不断地完善和修正。像 Cohen (2011)<sup>[25]</sup>，Oxford (2011)<sup>[26]</sup>等都对理论进行了进一步的完善。尽管如此，质疑声依然不断。

在国内，关于第二语言学习策略的研究，主要集中在对于英语作为第二语言的学习策略的研究。在过去近二十年的研究中，既有英语学习策略的理论研究，比如最有影响力的学者文秋芳 (2003)<sup>[27]</sup>，又有广泛的实证研究，从宏观视角研究中国学生英语语言学习策略的应用和变化趋势，学习策略的使用情况与学生学习成绩的关系；也有从微观视角研究英语的听、说、读、写四大能力的学习策略应用情况，比如外语学习策略的有效性研究 (文秋芳、王立非，2004)<sup>[28]</sup>。

值得注意的是，无论是国内还是国外，进入二十一世纪以来，关于学习策略的研究都没有什么大的突破，可以说这方面的研究进入到了一个低潮期。

### 三、本书的研究意义

在全球化和信息化深入发展的今天，外语越来越成为必备的技能之一，对英语学习的重视和研究成为普遍共识，也带来了英语学习和教育研究的深入变化和发展，研究对象逐渐由教授者转向学习者。英语教育方式由传统

的教师为主体的统一授课模式逐渐转向以学习者或学生为主体的翻转课堂。教师由主宰并控制课堂的领导者逐渐转为引导者、协作者、帮助者、评估者等角色。教授模式越来越尊重和重视学习者个性化的认知风格，并越来越讲究对学习或学生量体裁衣、因材施教。

在国内，学习者和家长对待英语学习的态度可以说是既重视又焦虑。重视大家都可以理解。为什么焦虑呢？家长和教师的焦虑来自于不信任孩子，认为孩子不知道学习的重要性，于是拼命怀疑孩子学习态度有问题，普遍持有“孩子很聪明，就是不好好学”的思想。而孩子的焦虑来自于家长和老师的理解，来自于想学但摸不着门道，看不到未来，眼前一片狼藉的现状。其实，孩子普遍知道学习的重要性，但苦于找不到外语学习的切入点。孩子真正需要的是有效的、系统的学习方法。本书以外语初级学习者作为研究基点，在充分分析初级学习者的特点和类型的基础上，探讨和研究与之匹配的外语学习策略。

关于学习策略的理论研究，无论是宏观研究，还是广泛的实证研究，对学习策略使用者的关注通常都是横向的，比如学习者的性格特征、语言潜力、认知风格、语言文化背景、认知环境等。这些因素较为复杂，与学习策略的相互关系和影响为研究者带来了不同的研究视角和研究对象。但是，这些复杂的因素有很多的共同点和不同点。不同的背景下，即使研究对象相同，研究结果也不尽相同。这些不确定因素给学习者选择学习策略带来很大困扰。相同的研究对象，不同的研究结果，会让学习者无所适从。学习者本身面对诸多的学习策略不知该从何入手，急需以一个相对确定的统一标准，对学习策略进行分类和组合，并具体阐述使用技巧。本书尝试以初级学习者作为研究对象，即根据学习者的不同的认知特点进行分类，并试图探索适合不同类型初级学习者的学习策略，从而给不同类型的初级学习者一个明确的参考和指导。

通过观察总结、定性分析、个案研究等方法，笔者对初级学习者进行界定并根据初级学习者学习认识特点，将初级学习者分成三大类。以 Oxford (1990) 中学习策略的六大分类为理论框架，根据初级学习者的不同类型，将六大学习策略重新分类，找出适合初级学习者的策略组合。以初级学习者为

研究背景，用文字和图表的方式对各个学习策略具体分析阐述，为初级学习者提供最佳的策略方案。下面就介绍一下第二语言学习策略的不同分类。

## 四、第二语言学习策略的分类

学习策略的分类有很多种，不同的学者给出了不同的分类。本书在这里介绍最有影响的分类方法：O'Malley 等的分类方法和 Oxford 的分类方法。O'Malley 和 Chamot 于 1990 年合作出版新著，将二语学习策略分为三类，即元认知策略（metacognitive strategy）、认知策略（cognitive strategy）和社会情感策略（social-affective strategy）。依据 O'Malley 和 Chamot（1990），元认知策略指的是学习者指导，计划组织自己的学习活动，监控语言学习的进步，评价语言学习的成绩以及未来发展方向的策略。他们认为最重要的策略是认知策略，即根据具体的学习任务，运用特殊的学习技巧（technique），比如，反复、推理、分析等。社会情感策略涉及到二语学习者自身和其他人，比如与同学之间的合作学习，寻求帮助及对与语言知识的澄清等，并认为“这三类学习策略构成了严谨的语言学习策略理论体系”。他们的分类可以用图 1.1 表示：



图 1.1

同年，Oxford 发表了专著 *Language Learning Strategy. What Every Teacher Should Know*. 这一力作影响深远。在专著中 Oxford 对学习策略进行了详细分类。将学习策略分为直接策略（direct strategy）和间接策略（indirect strategy）两大类。直接策略进一步分为记忆策略（memory strategy）、认知策略

(cognitive strategy) 和补偿策略 (compensation strategy)。间接策略进一步分为元认知策略 (metacognitive strategy)、社会策略 (social strategy) 和情感策略 (affective strategy)，如图 1.2 所示。

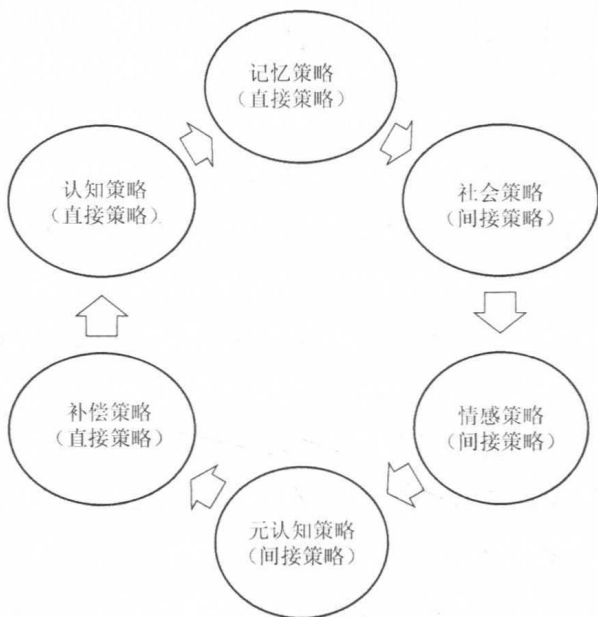


图 1.2

Oxford (1990) 认为存储和检索新的信息是记忆策略的两个重要功能。记忆策略能够帮助学习者存储听到或看到的新语言的重要信息，从而扩充学习者的知识基础。认知策略在二语学习中是最基本的，也是在学习者中运用最普遍的策略，是学习者对目标语的操作或转变行为，包括重复、分析和总结等具体方法。补偿策略能够使学习者克服新语言知识的局限性，使用新语言补偿语言知识的不足，比如语法知识或词汇储备的不足，特别是词汇储备的不足。元认知策略是学习者控制自身的认知活动，即通过运用重点关注、组织安排、计划、评估等功能协调整个学习过程。情感策略中的“情感 (affective)”指的是学习者的感情 (emotion)、态度、动机、价值衡量等。学习者可以通过情感策略来控制这些情感因素，从而促进二语学习。至于社会策略，首先语言就是一种社会行为，是一种交流。这种交流发生在人与人之间，所以学习语言必然涉及他人。适当的社会策略在学习过程中是很重要的。