

基于自我决定理论的初中英语教学激励机制

帅小玲

奉新县第四中学

摘要: 在探讨如何基于自我决定理论 (Self-Determination Theory, SDT) 构建有效的初中英语教学激励机制。自我决定理论强调内在动机的重要性, 认为满足学生的自主性、关联性和能力感是激发学习动机的关键。通过对初中英语教学存在的问题分析, 本文提出了一套结合自我决定理论的教学激励策略, 旨在提高学生的学习兴趣 and 英语水平。

关键词: 自我决定理论; 初中英语教学; 激励机制

【DOI】 10.12252/j.issn.2096-627X.2024.08.043

引言

在当前的教育环境中, 如何有效激励学生学习英语成为了一个重要课题。自我决定理论为理解学生的学习动机提供了理论基础, 它认为人的行为受到内在动机和外在动机的共同影响, 而内在动机是更为持久和有效的动力来源。因此, 本研究旨在探索如何基于自我决定理论设计初中英语教学的激励机制。

一、自我决定理论概述

自我决定理论 (Self-Determination Theory, SDT) 是由心理学家爱德华·德西 (Edward L. Deci) 和理查德·瑞安 (Richard M. Ryan) 在 20 世纪 80 年代提出的一个关于人类动机和人格发展的宏观理论。该理论认为, 人的行为动机可以分为内在动机和外在动机, 而内在动机是更为根本和持久的驱动力。自我决定理论的核心在于理解个体如何通过满足基本心理需求来促进内在动机的形成和维持。自主性指的是个体感到自己的行为是自我发起的, 是出于自己的意愿和选择, 而不是外部压力或控制的结果。自主性需求得到满足时, 个体更可能体验到内在动机。关联性涉及个体与他人的情感联系和归属感。当个体感到被他人接纳和支持时, 关联性需求得到满足, 这有助于增强内在动机。能力感指的是个体对自己能够有效完成任务和应对挑战的信心。当个体在活动中体验到成功和进步时, 能力感需求得到满足, 这有助于提升内在动机。

二、初中英语教学中存在的问题

(一) 学生缺乏学习兴趣

英语教材中的内容可能与学生的实际生活经验相去甚远, 使得学生难以将所学知识与自己的生活联系起来, 从而感到学习内容枯燥无味。初中生面临着升学考试的

压力, 英语作为主要科目之一, 往往伴随着大量的作业和考试, 这种应试教育的模式使得学生感到学习英语是一种负担, 而非乐趣。如果学生在英语学习中长期得不到成功的体验, 比如在口语表达、听力理解等方面遇到困难, 他们会逐渐失去信心和兴趣。在某些地区或家庭中, 英语被视为一种“外来”语言, 学生可能缺乏对英语文化的认同感, 这也会影响他们对英语学习的兴趣。在信息技术迅速发展的今天, 英语教学未能有效利用多媒体和网络资源, 学生会觉得学习方式落后, 难以激发他们的学习兴趣。

(二) 教学方法单一

在初中英语教学中, 教学方法的单一性是一个常见的问题, 它可能导致学生学习兴趣的下降和学习效果的不佳。许多初中英语课堂仍然沿用传统的教学模式, 即以教师为中心, 注重知识的灌输和记忆, 而忽视了学生主动参与和探究的过程。这种模式下, 教学方法往往局限于讲授、背诵和练习, 缺乏多样性和创新性。由于中考和高考的压力, 英语教学往往过分强调考试成绩, 导致教学方法倾向于应试技巧的训练, 如大量的填空、选择题练习, 而忽视了语言实际运用能力的培养。教师因为缺乏持续的专业发展和培训, 而未能掌握和应用新的教学方法。这限制了他们在课堂上实施多元化教学策略的能力。

(三) 评价体系不完善

当前的评价体系往往过于侧重于标准化考试, 如中考和高考, 这导致评价主要集中在学生的书面考试成绩上, 而忽视了学生的实际语言运用能力、创造力、批判性思维等其他重要技能的评估。评价体系可能仅依赖于传统的笔试形式, 如选择题、填空题和简答题, 这种评

价方式无法全面反映学生的学习过程和能力发展，也难以激发学生的学习兴趣和动力。评价体系可能忽视了学生的学习过程，如课堂参与、小组讨论、项目作业等，这些过程性评价对于理解学生的学习动态和进步，以及提供及时的反馈和支持至关重要。在评价过程中，教师可能没有提供及时和具体的反馈，这限制了学生根据反馈进行自我调整和改进的能力。缺乏有效的反馈机制可能导致学生不清楚自己的学习进展和需要改进的领域。

三、基于自我决定理论的激励机制设计

（一）增强自主性

自我决定理论强调个体对行为的自主控制感是内在动机的重要来源。在教育环境中，增强学生的自主性意味着要创造条件，让学生能够根据自己的兴趣、目标和价值观来选择学习内容和方法。教师可以在课程设计中提供多样化的学习活动和任务，让学生根据自己的偏好和需求进行选择。例如，学生可以选择研究他们感兴趣的课题，或者选择完成作业的形式（如报告、演讲、视频制作等）。教师可以引导学生设定个人学习目标，并自主规划学习路径。通过自我监控和评估，学生可以更好地理解自己的学习进展，并根据需要调整学习策略。教师可以通过课堂讨论、项目策划等活动，培养学生的决策能力和问题解决能力。这些活动不仅增强了学生的自主性，还有助于他们发展批判性思维和创新能力。

（二）加强关联性

自我决定理论认为，个体与他人建立积极的情感和认知联系是满足关联性需求的关键。在教育中，加强关联性意味着要创造一个支持性的学习环境，让学生感受到与教师、同伴和学习内容的紧密联系。教师应通过倾听、理解和支持学生的需求和感受，建立起信任和尊重的师生关系。这种关系有助于学生感受到被接纳和重视，从而增强他们的学习动机。教师可以通过小组合作、同伴评价和团队项目等活动，鼓励学生之间的交流和合作。这些互动不仅有助于学生建立友谊，还能促进知识的共享和技能的提升。教师应努力将学习与学生的现实生活和未来目标联系起来，使学生看到学习的意义和价值。例如，通过案例研究、实地考察和社区服务，学生可以更好地理解知识在实际中的应用。

（三）提升能力感

自我决定理论指出，个体对自身能力的信心和掌控感是内在动机的重要组成部分。在教育中，提升能力感

意味着要帮助学生建立对自己学习能力的信心，并为他们提供成功的机会。教师应与学生一起设定具体、可衡量、可达成、相关性强和时限性的目标（SMART目标），这些目标应与学生的能力水平相匹配，以确保学生能够体验到成功的喜悦。教师应设计具有适当难度的学习任务，既能够激发学生的兴趣，又不会让他们感到过于沮丧。通过逐步增加任务的复杂性，学生可以在不断挑战中提升自己的能力。教师应及时给予学生具体、积极的反馈，肯定他们的努力和进步，并指出他们可以改进的地方。这种反馈有助于学生认识到自己的成长，并增强他们对自己能力的信心。

四、基于自我决定理论的初中英语教学激励机制实施策略

（一）个性化教学方案

教师首先需要通过观察、访谈、问卷调查等方式了解每个学生的学习风格、兴趣、能力水平和学习目标。这有助于教师设计符合学生个性化需求的教学活动。根据学生的不同需求，教师可以设计多样化的学习路径和任务。例如，对于喜欢视觉学习的学生，可以提供图表、视频等资源；对于喜欢动手实践的学生，可以设计实验或角色扮演活动。在教学过程中，教师应给予学生选择学习内容、方法和进度的权利。例如，学生可以选择他们感兴趣的课题进行深入研究，或者选择他们喜欢的作业形式来展示学习成果。教师应引导学生进行自我评估和反思，帮助他们了解自己的学习进展和需要改进的地方。通过自我监控，学生可以更好地掌控自己的学习过程，并根据反馈调整学习策略。在课堂上，教师可以根据学生的不同水平和需求，实施差异化教学。例如，对于基础较弱的学生，可以提供额外的支持和辅导；对于能力较强的学生，可以提供更具挑战性的任务。

（二）创设积极的学习环境

教师应通过公平、一致的行为和决策，以及对学生的意见的尊重和倾听，建立起师生之间的信任关系。这种信任关系有助于学生感到安全和被接纳，从而更愿意参与学习活动。教师应设计各种活动，鼓励学生积极参与课堂讨论、小组合作和互动游戏。通过这些活动，学生可以表达自己的观点，与同伴交流，并在实践中学习。教师应给予学生及时、具体的正面反馈，肯定他们的努力和成就。这种反馈不仅能够增强学生的自信心，还能够激励他们继续努力。教师应设计具有适当挑战性的学

习任务,同时提供必要的支持和资源,帮助学生克服困难。这种环境能够让学生在挑战中成长,同时感受到教师的支持。教师应通过小组合作、同伴评价等活动,促进学生之间的积极互动和合作。良好的同伴关系有助于学生建立归属感,增强他们的社会技能和团队精神。

(三) 积极反馈与鼓励

教师应确保在学生完成任务或活动后及时提供反馈。及时的反馈有助于学生了解自己的表现,并及时调整学习策略。反馈应具体明确,针对学生的具体行为或成果,而不是笼统的表扬。例如,教师可以指出学生在某个语法点上的正确运用,或者在口语表达中的进步,而不是简单地说“做得好”。反馈应以正面为主,即使是在指出学生需要改进的地方时,也应同时强调他们的努力和进步。例如,教师可以说:“你在这次作业中展现了对复杂句型的理解,如果能注意一下时态的一致性,你的作文将更加完美。”教师应鼓励学生勇于尝试和冒险,即使结果不完美。对于学生的尝试和努力,教师应给予肯定,帮助他们建立不怕失败的心态。反馈应根据每个学生的个性和需求进行个性化调整。教师应了解每个学生的动机和目标,并提供相应的鼓励和支持。

(四) 培养自主学习能力

教师应引导学生根据自己的兴趣和需求设定短期和长期的学习目标。这些目标应具体、可衡量,并与学生的个人发展相符合。教师应教授学生有效的学习策略,如时间管理、笔记技巧、记忆方法等,帮助他们更有效地学习。同时,教师应鼓励学生探索适合自己的学习方法。教师应帮助学生学会监控自己的学习进度和理解程度。这可以通过自我提问、自我测试和反思日记等方式实现。教师应引导学生定期评估自己的学习成果,并根据评估结果调整学习计划。自我评估有助于学生认识到自己的进步,并识别需要改进的地方。在教学活动中,教师应给予学生选择学习内容、方法和进度的权利。这种选择和控制感能够增强学生的自主性,激发他们的内在动机。教师应通过项目学习、探究学习等活动,培养学生解决问题的能力。这些活动要求学生独立思考,寻找信息,并运用所学知识解决实际问题。

(五) 建立师生良好关系

教师应通过一致的行为、公正的决策和真诚的关怀,建立起与学生之间的信任。信任是良好师生关系的基石,它让学生感到安全和被尊重。教师应倾听学生的想法、

感受和需求,并尝试从学生的角度理解问题。这种倾听和理解能够让学生感到被重视,增强他们的归属感。教师应尊重学生的个性差异、文化背景和学习风格,创造一个包容和多元的学习环境。这种尊重有助于学生感到自己的独特性被认可。教师应使用积极的语言和非语言沟通技巧,与学生进行有效沟通。正面沟通能够减少误解和冲突,促进师生之间的和谐。教师应鼓励学生在学习过程中尝试新事物,并在遇到困难时提供必要的支持和帮助。这种鼓励和支持能够增强学生的自信心和学习动力。教师应与学生建立合作关系,共同参与学习活动和决策过程。这种合作关系有助于学生感到自己是学习过程中的重要参与者。教师应保持开放的心态,接受学生的反馈和建议,并愿意根据学生的需求调整教学方法。这种开放性能够增强师生之间的互动和信任。

结语

在初中英语教学中,基于自我决定理论的激励机制是提升学生学习动力和成效的关键。通过积极反馈与鼓励、培养自主学习能力以及建立师生良好关系,我们不仅能够激发学生的内在动机,还能够帮助他们成为自主、自信的学习者。这些策略共同构成了一个支持性和激励性的学习环境,使学生能够在英语学习的旅程中不断进步,实现个人潜能的最大化。随着教育理念的不断更新和教学方法的持续优化,我们有理由相信,每一位学生都能在教师的引导和支持下,找到适合自己的学习路径,享受学习的过程,并为未来的成功奠定坚实的基础。

参考文献

- [1] 陈治屹. 渝西地区初中生英语口语自主学习动机调查研究 [D]. 重庆三峡学院, 2023.
- [2] 王影. “双减”背景下初中英语课堂教学质量的提升策略——基于自我决定理论的探索 [J]. 新课程评论, 2022, (11): 77-84.
- [3] 伍慧君. 初中生英语阅读自我决定动机的现状及激发策略 [D]. 湖南大学, 2020.
- [4] 王卉. 动机策略对学习动机的影响模式研究——以初中英语教学为例 [J]. 教育导刊, 2017, (05): 37-42.
- [5] 徐林. 教师支持对初中英语学习后进生学习动机的影响研究 [D]. 福建师范大学, 2017.
- [6] 曹亮亮. 自我决定理论指导下的初中英语教学策略 [J]. 中学课程资源, 2015, (07): 23-24.