

自我调节学习视角下思政课学习投入提升策略研究

余杰¹ 杨滢巧²

1. 宁波大学 海洋学院; 2. 梅山学校

摘要:自我调节学习对学习投入度有积极的影响,本文选取自我调节学习能力水平较低的中职生为研究对象,通过文献综述,基于自我调节学习的视角,提出了思政课学习投入提升策略:(1)提升教师对学习自我调节学习能力培养的重视度;(2)开展项目式教学(3)开展学习策略培训;(4)运用校准线索;(5)运用信息技术。

关键词:自我调节学习;学习投入;思政课

【DOI】10.12252/j.issn.2096-6288.2025.02.218

引言

学习投入通常被视作是一种积极的心理状态,主要包括情感投入、认知投入和行为投入三个维度。沙菲利(Schaufeli)认为学习投入的特征是活力、奉献和专注。当前,国内外学者比较一致地认为学习投入主要包括情感投入、认知投入与行为投入这三个维度。对学生认知投入的研究通常集中在学生对学业任务的心理投入上,强调自我调节学习时的心理努力。认知投入程度高的学生倾向于采取特别自律的学习方式,而不会局限于理解课堂内容或取得好成绩。

对于自我调节学习的定义有着诸多的观点,齐默尔曼(Zimmerman)认为自我调节学习是指学习者为实现其学习目标而自发、主动地设定目标、采用各种策略、监控和评价自己的行为和学习效果的过程和心理变化^[1]。申克(Schunk)认为自我调节学习是学习者系统地激活和维持他们的认知、动机、行为和情感,以达到他们的目标的过程^[2]。我国学者邓国民等认为自我调节学习强调调用整合的眼光来看待不同心理因素对学生有效学习的影响,是自主学习和终身学习能力的核心构成部分^[3]。近年来,大量研究证明培养学习者自我调节学习能力对他们的学习投入与学习绩效能够起到积极的作用。

在思政课学习投入度研究上,黄一玲等采用自编问卷发现了学习者在思政课程中缺乏学习的动力,学习积极性不高,兴趣不浓等学习投入度低的问题。有研究表明,当学习者自我调节学习能力较低时,其学习投入度也会受到影响。当前,针对较低自我调节学习能力的学习者,如何提升他们的自我调节学习能力,从而提升他们在思政课上的学习投入度的相关研究还较少。因此,本文选取自我调节学习能力水平较低的中职生为研究对象,通过文献综述,基于自我调节学习的视角,来探究较低自我调节学习能力学习者的思政课学习投入提升策略。

一、文献综述

国内中职生自我调节学习研究方面,李瑞英通过问卷调查发现中职生自主学习动机不强、自主学习意识淡薄、自主学习习惯较差、自主学习方法不科学、学习时间观念较差、自我监控能力较弱。针对这些问题,她从学习意识、学习方法、学习环境、提高自我监控四个方面提出培养学生自我调节学习能力策略。郭兴红通过问卷调查发现中职生自主学习能力不强,提出通过提高学习兴趣、发挥教师主导作用、加强学习策略训练来提升学生自我调节学习能力。王庆强通过问卷调查,指出教师应当为学生创设自我调节学习空间、给予自我调节学习时间,激发学生学习兴趣并且合理教授学生自我调节学习的方法。杨星提出从学校、社会、家长、学生个体四维度出发,就能力培养的重视、目标的明确、习惯的养成、氛围的营造四个方面提出了自我调节学习能力的培养方案。冯宇从学校、教师、家庭三个角度提出了培养中职生自我调节学习能力的策略。殷利基于中职生元认知能力低,自我约束弱,但合作与交流意识强等特点,提出以建构主义、元认知理论和联结主义为理论基础,通过渐进式方法来实现中等职业教育自主学习由他控到自控地转变,并基于此思想研究了网络环境下中等职业教育开展自主学习的实施策略。王静芳依据多元智能理论、掌握学习理论及有关脑与学习科学等理论从学生学习积极性、优势智能、自主学习能力和学习环境四个方面来提高中职生学习能力。在通过课堂培养中职生自我调节学习能力方面,成林娜以课堂教学作为自主学习的主要的培养渠道,通过课堂实施不同自主学习策略、任务驱动以及自主反馈调节的形式提升学生自我调节学习能力。夏茜从现实情境出发,确定学习目标、激发学习动机、学生自学教材内容、自学检查、组织讨论、教师重点讲解、练习巩固、课堂小结八步骤的自我调节学习

教学流程,以培养学生自我调节学习能力。王丽以教师分析现有学生水平、师生共同确定学习目标、教师传授学习方法、学生自主学习、师生共同小结、解决疑难问题的基本步骤开展中等职业学校英语教学,以培养学生自我调节学习能力。马威从课堂师生角色定位、数学活动地设计、课堂小组合作、数学与专业相结合、改变学校自主学习环境等方面提出了中等职业学校学生数学自主学习能力的培养策略。张月芬以C语言教学为例,对传统的课堂教学模式进行变革,利用课前预习、明确任务、自主探究、课后拓展、小组合作的形式来展开课堂教学,以改善当前中职生自主学习能力较低的局面。

国外中职生自我调节学习研究方面,杰斯伯格(Jossberger)等人研究了优秀中职生在学习中的计划、监控和评估行为,发现他们虽规划时间和资源却无详细学习计划,能自我监控并重结果轻过程,部分学生还高估了自己的调节能力。他的另一项研究表明,在模拟工作环境下学习能增强中职生的学习动机和参与度,但他们在选择学习和评估时仍遇到困难,需要教师的指导和支持。卡拉(Carla)等人通过问卷调查发现,具有较高元认知和自我调节学习能力的中职生倾向于选择在线学习,因为在线学习提供了灵活、互动的动态环境,有利于终身学习。卡勒德(Khaled)等人根据齐默尔曼的自我调节学习模型,研究了实践模拟中的学生和教师在计划、执行、反思三个阶段的表现。结果显示,学生在计划阶段往往忽视制定具体目标和时间安排,且自我监控不足;教师对培养学生的自我调节学习能力关注不够,提供的归因反馈和评价也较少。莫鲁(Mauroux)等人开发的拍照式移动在线学习日志旨在帮助中职生进行学习反思,研究发现,激发学生反思有一定难度,需要导师提供有力的指导和反馈。该日志能克服时间和空间的限制,即使在没有分数激励的情况下,也能有效地应用于职业教育中的反思活动。

二、结论与讨论

通过对国内外中职生自我调节学习的研究文献进行梳理,发现中职生普遍存在学习目标不清晰、学习动机不强、自我效能感偏低、自我监控能力弱、学习策略缺乏等问题。针对这部分较低自我调节学习能力水平的学习者,不同的学者提出了不同的策略。

第一,从教学策略来看,研究者采用任务驱动教学和基于项目的教学,在激发学生的学习兴趣和学习动机

的同时,还能够培养学生针对项目进行计划、执行、反思,这样不仅培养学生解决真实问题的能力和创造力,还培养了学生自我调节学习的能力。同时,通过学习策略训练也有利于提升学习者的自我调节学习能力。

第二,从培养的理论基础来看,研究者从教育教学原则、多元智力理论、掌握学习理论及有关脑与学习科学等理论提出相关对策和方法。但是鲜有将国际上最新的研究成果应用于相关实证研究。当前,国际上已有的利用反馈、校准提示、教育游戏、自我调节学习程序等培养自我调节学习的理论成果与实证研究成果丰硕,可以将其应用于具体实践。

第三,从培养过程来看,研究者提出了从学校、社会、家庭三方面进行协同育人以提升学习者自我调节学习能力,较多研究者通过设计课堂来培养自我调节学习能力,但是自我调节学习能力的培养应当是全员育人、全程育人、全方位育人的过程,因此应将自我调节学习能力的培养贯穿到上课下学习的整个过程。在这一过程中,教师对培养学生自我调节学习能力的支持与帮助具有重要影响,但是也对教师提出了较大挑战,随着技术的发展,课堂模式也在发生改变,通过在线学习研究自我调节学习成为一种趋势,技术支持的自我调节学习能力培养的便利与有效性开始逐步凸显,为教师提供支持与帮助。基于以上结论,提出以下五点对策建议,以提升学习者自我调节学习能力,从而提升学习者思政课学习投入度。

(一)提升教师对学习者的自我调节学习能力培养的重视度

已有研究表明教师是有效自我调节学习的激活者。作为该领域的专家,教师能够准确地把握知识技能的重难点和易错点,正确的选择合适高效的学习策略,合理地把握评估标准。因此,教师在学习者自我调节学习能力的培养中占据着重要地位。叶圣陶曾言“教是为了不教”,古语也有云“授人以鱼不如授人以渔”。培养学生自我调节学习能力,让学生学会学习,在21世纪终身学习的大环境下显得尤为重要。因此,教师应当重视对学习者的自我调节学习能力的培养,主动地掌握一定的培养策略和方法,以更好培养学生成长为一个合格的自我调节学习者,从而提高课堂学习投入度与学习绩效。

(二)开展项目式教学

项目式教学是一种以学习者为中心的教学模式,它专注于特定学科的核心理念与法则,并引导学生参与实

际意义的任务,激发学生的主动学习态度,促使他们独立构建知识体系^[4]。项目式教学营造了一个真实且具体的学习环境,其中学习内容既综合又开放,学习方法和工具多元化,学生能够从多角度获得个性化的收益,同时接受全面的评价。有研究表明,这种学习方法能激励学生计划、监控、评估和反思自己的工作,考虑适时寻求协助,从而增进他们的计划、管理和自我激励技能,进而提升学生的自我调节学习能力,教师可以选用项目学习法来进行教学,这样做能够帮助学生发展自我调节学习能力,从而提升思政课的学习投入度。

(三) 开展学习策略培训

掌握有效的学习方法已经成为衡量学生是否能够自主学习和思考的重要标准。大量的学习策略培训和教学实践表明,接受过系统学习策略训练的学生在学习成绩上往往表现得更加优异。虽然这种培训可能会占用一部分常规教学时间,但是学生通过学习方法的培训能够显著提升学习效率和成绩,这不仅弥补了培训所占用的时间,还能为学生的终身学习带来益处。因此,教师通过系统的学习策略培训,帮助学生掌握具体的学习技巧,提高学生对学习策略的认识,使他们能够主动地进行自我总结和反思,从而进一步提升自我调节学习能力,以提升思政课学习投入度。

(四) 运用校准线索帮助学生提高自我调节学习能力

近年来国际上对于自我调节学习的研究成果之一是对校准的研究。校准是一种关键的元认知技能,它使学习者能够评估和改变他们的学习行为。当学习者感知到他们的学习行为、正在进行的学习任务和所提供的线索与信息之间的联系,并且将感知反映了现实时,他们就能获得很好的校准,在这种情况下,学习者能够有效地监控他们的学习。反之,不准确校准的学习者不能有效地自我调节学习。然而大量研究表明,学习者通常并不特别擅长准确地判断自己,从而导致校准效果也多不尽如人意。因此,帮助学生进行准确的校准成为培养学生自我调节学习能力的一个重要途径。在思政课堂上,可提供校准提示线索从结果反馈和认知反馈两个维度来帮助学生进行调节,从而进一步提高学生校准的准确性,以此培养学生自我调节学习的能力,提升他们的思政课学习绩效。

(五) 运用信息技术支持将自我调节学习能力培养贯穿到学习的整个过程

当前,将学习分析技术、自我调节学习工具、人工智能等应用于高等教育自我调节学习研究正如火如荼地开展^[5]。信息技术的支持使得自我调节学习过程记录变得多样和易获得,为将自我调节学习能力培养贯穿到学习的整个过程提供可能,且学习分析技术支持下的自我调节学习研究能够更方便、微观地基于学习数据挖掘出具有特定意义的结论。所以,将信息技术应用于提升思政课学生学习投入度也将是一个重要的途径与方法。

结语

学习者的自我调节学习能力会影响其学习投入度,本文以自我调节学习能力水平较低的学习者为研究对象,通过文献综述,从自我调节学习的视角出发,对较低自我调节学习能力学习者的思政课学习投入提升策略进行了探究,以更好提升思政课堂育人效能。

参考文献

- [1] 郑兰琴,李欣,陈凤英.大学生自我调节学习能力培养策略的实证研究[J].中国远程教育,2016(12):30-36+79.
 - [2] Dale H. Schunk, Jeffrey A. Greene. Handbook of Self-Regulation of Learning and Performance[M]. Taylor and Francis: 2017-05-12.
 - [3] 邓国民,周楠芳.国际自我调节学习研究知识图谱:起源、现状和未来趋势[J].中国远程教育,2018(07):33-42+60.
 - [4] 胡红杏.项目式学习:培养学生核心素养的课堂教学活动[J].兰州大学学报(社会科学版),2017,45(06):165-172.
 - [5] 赵蔚,程诺,徐晓青,等.学习分析仪表盘真的促进自我调节学习了吗?——基于24项实验与准实验的元分析[J].电化教育研究,2023,44(05):104-112.
- 作者简介:余杰,硕士,宁波大学海洋学院,助教,研究方向:在线学习环境下的学与教;
杨滢巧,硕士,梅山学校,心理中级教师,研究方向:自我调节学习。
基金项目:本文系宁波大学2023年度校级科研思政专项“大学生思政课学习投入度研究——基于SRL视角”(XS23010)。