

自我决定学习理论及其干预模型探析

暴占光 张向葵 (东北师范大学教育科学学院, 长春, 130024)

摘要 自我决定学习理论的核心观点是能力和机会是促进自我决定能力发展的重要因素,自我决定是自我调节的特殊形式。促进能力缺陷学生和正常学生自我决定能力发展的模型包括机会干预和能力干预。

关键词 自我决定学习理论 自我调节 能力干预 机会干预

分类号 G442

Self - determined Learning Theory and It ' s Intervention Model

BAO Zhanguang ZHANG Xiangkui

(Department of Psychology, School of Education and Science, Northeast Normal University, 130024)

Abstract The core viewpoint of self - determined learning theory is that capacity and opportunity are two important factors to promote the development of self - determination ability which is a kind of special form of self - adjustment. The intervention models of developing self - determination ability of students with and without disability are composed of capacity intervention and opportunity intervention.

Key words self - determined learning theory self - determination capacity intervention opportunity intervention

自我决定是个体在内在动机的驱使下,在生活中主动采取行动并不受外力影响和干预做出选择所需要的能力和态度。适应能力和环境机会影响着自我决定,随着个体对环境的适应能力增长并且随着环境变化获得机会,个体有可能更多地参与自我决定^[1]。

自我决定学习理论认为,对新机会调整调节的能力影响学习和自我决定,也就是说任何学业不良或者自我决定观上的减缩都可追溯到调节能力不足^[2]。那么,调节是如何影响学习的呢?

1 自我决定学习理论

Mithaug, Agran & wehmeyer (2003) 关于自我决定学习理论的观点认为调节通过改变经历、参与和对新环境的适应行为来影响学习^[3]。它基于这样的理解:人们在可以获得机会的环境,坚持不懈地参与活动来引发新的调节,导致对那种情境的适应性变化,最终可能引发学习行为。

自我决定学习理论对机会是怎样影响参与、控制和学习的论述有以下四个观点:

(1) 越接近能创造获得期望结果的最佳机会,对要达到的期望、机会和行为的调节也就越可能;

(2) 对要达到的期望,机会和行为的调节越经常,当期望、选择、行为和结果变得适应、合理、高效和成功时,调节最佳化的可能性也就越大;

(3) 越接近对机会的最佳化调节,达到目的的信念也就越坚定,对达到目的的控制越大,从那种适应中所学的东西也就越多;

(4) 因此,获得经历的机会越好,信念就越坚定,控制感就越强,学习的东西就越多^[3]。

观点四是从前三个观点得到的一个推论,认为机会影响调节,调节影响参与、学习。换句话说,当机会最佳时,参与、控制和学习的最大化。

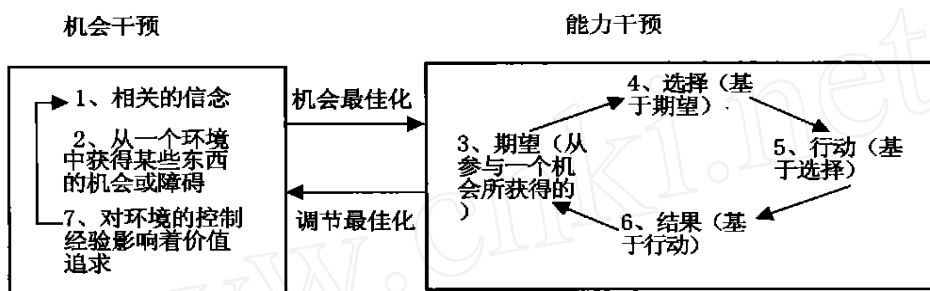
自我决定学习理论通过说明机会和调节是起作用的来回答“什么引起信念和增强学习?”这个问题

题。当它们与学习者的观点最大程度地吻合时,那么参与、控制和学习就增到最大限度,这是学习者从新的情境中学到什么的较高的限制;当环境被知觉为重要的但不易操纵的,易操纵的但不重要,或者不重要也不易操纵时,参与、控制和学习就会成比例地下降,产生较低的限制。如何使机会和调节

对学习产生最佳影响呢?

2 自我决定学习理论干预模型

自我决定学习理论通过认知和行为干预的类型,建构了学生机会和调节对学习的最优化影响模型,见图 1:



行为干预能改善机会或调节,并且因此会产生新的学习。表明这些干预是奏效的,因为他们改变了学生关于环境的信念或者因为他们提高了学生调节的能力。在任意的一种情况下,他们导致了在适应状态上的变化并且导致学习一些关于那些环境的新的东西。而且在某种程度上这些干预能引起那些与先前的适应显著不同的适应,但学生学习是本质发生的。并且在某种程度上他们在适应的状态之间产生了最大可能的变化,学生的学习也增加到最大限度。自我决定理论预测:当调节最佳时,学习会达到最大限度^[3]。

学习者对挑战的看法会影响他们的行为和成绩。认为自己的失败是由于无能而不是努力不够的学习者会避免学习上的挑战并且不充分发挥学习潜能。我们依次来看每一种干预:

3 自我决定学习理论干预模型探析

自我决定依靠学生的能力和机会。能力是指能使学生自我决定和感觉良好的知识、能力和悟性。机会是指学生使用他们的知识和能力的机会。机会和能力包含了下列条件:知识、能力、悟性和在学校、在家的机会。对学生自我决定能力的干预包括机会干预和能力干预两方面。

3.1.1 认知干预

改变这些自我击败的态度能使一些形式的信念增强。Schunk 和 Cox 用具有自我调节指导的自我效能提高来提高有学习障碍的学生的学校成绩。另一个理论是教学生设定一个近期的目标来增强他们的自我效能感和成绩^[4]。班杜拉 (Bandura, 1996) 等人把这些研究总结如下:“相信他们能通过他们的学习和对学业的掌握,在他们的学校追求中运用一些控制来获得成功^[5]。”研究者的确已经表明自我效能的知觉与短期目标的实现成正相关。那些设定短期目标来实现远期目标的学生趋向于有更高的自我效能感,并且这更有利于提高他们的学校成绩。

3.1 机会干预

根据自我决定的学习理论,当一个参与者认为环境中的一个变化有益于获得有价值的追求时,环境被认为是最理想的(机会是有价值的),并且当参与者认为他或她能做出改变(机会是易于操纵的),参与者很有可能会做出与环境相称的行为。机会与期望的结果越接近,为了达到目的的期望,选择和行为的调节也就越可能。

3.1.2 行为干预

行为机会干预能通过为学习者提供切实可行的和有价值的教学挑战。在直接讲授中,最明显的是对教起来很困难的学习者来说,这已经实践成功很长一段时间了。这基于两点:第一点是在一个有说明的线索控制下产生的反应可以习得。第二点是当一个起增强作用的结果对那个线索是偶然正确的反应,这样的关系得以加强。因此,越经常地指导一个被加强的反应,线索学习就越可能发生。Greer 和 McDonough 解释了根据一个学习单元的直接讲授的作用,这种作用能预测学生会学习什么,

使机会最佳化的认知理论是基于这样的观点:

他们的学习有多快^[6]。

因此,所有的学习是在线索、反应和强化之间的这种联系的功能。当联系存在时,就会发生学习行为。当联系不存在时学习就不会发生。并且当联系是以很高的水平存在时,学习也会达到最大限度。

因此,直接教授的关键是在学习调节的过程中线索和结果的系统安排。教师必须把指导的线索和学生对最佳反应的回答相匹配(提供可操纵的学习机会),并且他们给那些起强化作用的反应结果(提供有价值的机会),然后他们必须是用手写体的形式呈现这些可充分利用的机会,把学生的调节向教师既定的目标靠近^[6]。结果如自我决定的学习理论所解释的,最佳的机会引起对最大限度的学习的最佳调节。

3.1.3 选择干预

这种干预类型能鼓励学生为了适应调整他们自己的问题解决,允许他们学习为利益设定期望,作出选择来获得利益并且接来自始至终都依照选择来采取行动。研究表明仅有机会选择就足以激活许多这些受规则限制的行为。

Arlin 和 Whitley(1989)报告,机会选择和关于学校控制的信念之间成正相关。当这些研究者评估 566 名 5、6、7 年级学生的知觉控制的年龄变化时,他们发现学生对自我操纵讲授机会的信念与学校控制的知觉之间成正相关。很明显,机会选择能产生对环境的一种控制感,这种控制感能提高环境可操纵性的知觉,并因此能达到它的最佳状态^[7]。

总的来说,关于机会干预的观点是他们能引起参与和学习。因为他们改变了学习者对他们的挑战的观点。认知干预能提高有效处理新挑战的信念。行为干预筹备了学习上的挑战。因此他们是有价值的,可操纵的,这能使每一个学习机会得到充分的运用。选择干预把挑战作为选择呈现,让学习者来考虑决定怎样来应付挑战。根据自我决定的学习理论,学习者认为由这些干预呈现的机会比以其他方式呈现的机会更有价值,更可行。换句话说,因为他们对他们需要的或想要的会呈现最佳的机会,所以在这些干预的过程中,学习者会积极参与其中。

很多关于干预的研究都表明了最佳机会的影响。能提高一个人对他处理困难的挑战的信念的认知干预能使环境看似能够操纵。行为干预能通过为完成的工作提供强化,也能通过减少任务要求

来使任务可操纵,这样行为干预也能使机会最佳化,增强参与。并且基于机会的机会干预,允许参与者选择与他们的兴趣和能力相匹配的工作,也能使机会最佳化,并且在适应上会得到相似的提高。

3.2 能力干预

当然在调节模型的干预方面,机会不是增加学习的唯一方式。根据图 1,能力干预也能提高学生学习的唯一方式。许多学生不知道如何适应新的挑战,所以他们无法学习就可以理解了。期望、选择、行为和结果因素在图表的能力方面的确能揭示一个学生不能最佳地适应新环境的方式。

期望这一变量反映了哪种情况下考虑什么对他们是不可能的,学生如何最佳地调节他们对获得的期望。选择变量表明了他们是如何最大限度地调整他们的选择来满足他们的期望。行为变量表明当学生在执行他们的选择时,他们是怎样最大限度地调整他们的行为的。结果变量表明他们怎样最大限度地调整最终获得来满足他们的期望。

3.2.1 优化期望的干预

面对新的情境所期望的第一个挑战是知道怎样适应环境。不幸的是,许多学生在新环境中采取行动之前都因不知道应该期望些什么而导致适应不良。Whitman(1995)认为,有智力缺陷的人因为这一原因而适应失败,然后引证了对有学习障碍和行为问题的学生有相同观点的其他的资料来源。Belmont 等人论述了这个理论对有智力缺陷的人的有效性。Carlson 等用它来帮助有学习障碍的学生。Curry 等都报告出对有情绪和行为问题的学生的相似的有效性。被推荐的解决方案是教学生学会使用问题解决策略^[8]。

很明显当学生学会独立解决问题时,他们的学习和成果都会有所提高。他们的心理功能也有所提高。他们的社会调节也有所提高。

根据自我决定的学习理论,这个大范围内成功的原因是:问题解决指导是一种普通的基于能力的干预。总的来说,在发现人们对于他们不同寻常的环境需要知道什么是有效的。Mithaug(1999)在治疗学策略上例如行为校正、认知行为训练、社会行为治疗、团体治疗、连锁思考和从学校到工作的适应揭示了它通有的特点^[9]。

3.2.2 优化选择的干预

只使用收集信息策略很有可能对最佳的调节来说不够充分。这是因为通常情境下,准确的知识不总是导致对于如何在那些情境下行动的最佳选

择。如学生知道当他们报名参加计算机程度学习他们要学习许多门课,但是考虑到要兼职工作来供给家庭他们就不确定要选几门课了。在这样的情况下,知道如何选择与某人的需要和能力相匹配的课程很少,处理这些困难的问题要运用一般问题解决策略。

Janis 和 Mann (1993) 用能做出好的决定的七步理论来阐明其中的一个策略:(1) 考虑可供选择的行动路线;(2) 调查要履行的目标的全部范围和选择蕴涵的价值;(3) 仔细掂量每一个选择的积极和消极结果;(4) 认真地寻找新信息并且评估可供选择的办法;(5) 正确地吸收新信息;(6) 再次检查一遍可供选择的方法的积极和消极结果;(7) 执行选择方法的详细措施^[10]。Hogarth (1996) 对做出好的决定也有一个 7 步策略:(1) 构建这个难题;(2) 评估结果;(3) 评估不确定性;(4) 评估可供选择的方法;(5) 微妙地分析;(6) 收集信息;(7) 选择。的确像这样的许多策略都被用来教幼儿、青少年和有能力缺陷的学生做出更好的决定行为^[11]。

3.2.3 优化行为的干预

现在我们面对着构建一个最佳调节的第三个障碍,这个最佳调节能有效地对情境进行反应。这个障碍几乎一直都存在,因为:(1) 环境的改良通常需要行动并且(2) 我们不能总是尽我们所能有效地行动。

Zimmerman 等人把学习成绩不良解释为:许多学生不按照他们的计划行事。他们在一次考试前计划学习,但是从来也没有付出完全足够的努力去通过考试^[12]。

一些研究者认为这个问题是由于学生在学业期间认知脱离,他们表现不佳是因为他们不想注意他们学习的内容。他们没有对他们相信能完成的内容设定期望,他们在选择能最好地达到目标的方式之前也不考虑他们的选择(不做选择)。结果在考虑学习和采取行动学习之间就没有了联系。为了解决这个问题,研究者指导学生使用自我调节策略来引导学习活动。当学生设立目标并且对他们计划要做的事情做选择时,他们更可能在按照计划行事时监控他们的行为。因此他们表现出认知参与,在研究者看来,认知参与与学习和成就有关。

3.2.4 优化结果的干预

认知参与在处理最佳调节的第四个和最后一个障碍上也重要:断定怎样反复调节来达到富有挑战的目标。困难的情境这样令人迷惑以致于学习

者不知道他或她的期望、选择或行动哪一个适当,哪一个不适当。除非学习者密切关注结果和期望之间的差异,否则他或她将永远也不能领会,要提高成功的期望在接下来的调节中要改变什么。

解决这个问题策略是调整所有的调节来减少期望和结果之间的差异。就是说,他们多次调节他们的信念或行动来发现什么能最好地起作用。然后他们声明他们充分地理解情境并知道在这种情境下如何去做。

认识行为研究者使用各种形式的策略来帮助学生学习独立调节。其中一些策略改善了学生的选择和行动,选择和结果,行动和结果之间的对应。有几个研究已经使用了那些同时注重四个调节变量的策略^[12]。这些策略奏效是因为他们会导致期望、选择、行为和结果的最优化。

期望上干预的着重点在于帮助学生发现从新环境中期望什么的方法;选择干预能帮助学生根据他们对环境的理解来理性地选择;行为干预能帮助学生有效地根据他们的选择行动的问题解决策略;结果干预是那些学生为了提高在期望、选择和行为上依次的调节而评估结果的策略。根据自我决定的学习理论,这些干预提高了参与,控制和学习,因为他们提高了学生适应新挑战的能力。

自我决定学习干预模型是最佳的调节方式和从异常环境中最大限度学习的最佳方式,但是它的要求很高,因为它需要连续的监控和调节指标的调整。我们必须监控我们的期望、选择、行动、结果来验证他们是否与期望一致,如果不一致会通过调节我们的期望、选择和行为重复这个过程直到我们发现一个奏效的联合体。当我们最后产生一个与期望匹配的结果时,我们知道它为什么会发生,并且如果我们希望能再得到一次结果下一步要做什么。然后,我们优化我们的调节并且使那个情境中的学习达到最佳状态。

参考文献

- 1 Field S. Self-determination instructional strategies for youth with learning disabilities. *Journal of Learning Disabilities*, 1996, 29: 40 ~ 52
- 2 Wolman & Mithaug, ed. The AIR Self-Determination Scale. American Institutes for Research (AIR), 1994
- 3 Dennis E. Mithaug, Deirdrek. Mithaug, Martin Agran, Michael I. wehmeyer. *Self-Determined Learning Theory*. London: Mahwah, New Jersey Press,

- 2003
- 4 Schunk ,D. H. , &Swartz ,CW. Goals and progress feedback : Effects of self - efficacy and writing achievement. Contemporary Educational Psychology ,1993 , 78(3) :201 ~ 209
 - 5 Bandura , A. , barbaranelli , C. , Caprara , G. V. , &pastorelli ,c. Multifaceted impact of self - efficacy beliefs on academic functioning. Child Development , 1996 ,67 :1206 ~ 1222
 - 6 Greer ,R. D. A systems analysis of the behaviors of schooling. Journal of Behavioral Education ,1994 ,4 : 255 ~ 264
 - 7 Borkoswki ,J. , Carr ,M. , Rellinger , e. , & Pressley , M. Self - regulated cognition : Interdependence of metacognition , attribution (PP. 53 - 92) . Hillsdale , NJ :Lawrence Erlbaum Associates ,1990
 - 8 Corno ,L. The metacognitive control components of self - regulated learning . comporary Educational Psychology ,1986 ,11 :333 ~ 346
 - 9 Mithaug ,D. E. Self - regulation theory : How optimal adjustment maximizes gain. Westport ,CT: Praeger , 1993
 - 10 Janis ,I. I. , &Mann ,L. Decision making : A psychological analysis of conflict ,choice ,and commitment. New York : Free Press ,1977
 - 11 Hogarth , R. M. Judgement and choice :The psychology of decision. New York : John Wiley & sons , 1980
 - 12 Wehmeyer , m. L. , & Kelchner , K. Perceptions of classroom environment ,focus of control and acadmic attributions of adolescents with and without cognitive disabilities. Career Development for Exceptional Individuals ,1996 ,19(1) :15 ~ 30

(责任编辑:刘在花)