

# 元认知策略与第二语言学习

杨爱英

(黑龙江大学, 哈尔滨 150080)

**提 要:**教育的最终目的是培养独立的学习者,教育成功的一个重要标志就是学生个性化学习方法的形成和学生自主学习能力的发展。自主学习的关键在于学习者的动机和信心以及知识和技能,即学习者综合素质的提高。这些也正是元认知理论研究的核心问题。元认知策略在第二语言学习中的重要作用已经受到越来越多的关注。本文从元认知理论入手,进一步探析元认知策略与第二语言学习的关系,证明元认知策略在第二语言学习中的必要性和可行性。

**关键词:**元认知;元认知策略;二语习得

**中图分类号:** H319.3

**文献标识码:** A

**文章编号:** 1000-0100(2008)04-0132-3

## Metacognitive Strategies in Second Language Acquisition

Yang Ai-ying

(Heilongjiang University, Harbin 150080, China)

Education aims to instill autonomous learning in students. The important sign of successful education is that students can study independently and spontaneously. The vital factor of studying spontaneously is students' motivation, confidence, knowledge, and strategies, that is, the improvement of students' comprehensive quality. And it is for these qualities that metacognitive theory was brought into play. The significance of metacognitive strategies in second language acquisition has been recognized in relevant studies. This paper is a metacognitive study of metacognitive strategies in the second language learning. It does so by analyzing the metacognitive theory to attach importance to metacognitive strategies.

**Key words:** metacognition; metacognitive strategies; second language acquisition

### 1 引言

语言学习的自主性指自主学习是一种独立学习的行为技能,是一种指导自己学习的内在心理功能,因为学习者的兴趣、个性、态度、人际关系、文化背景都可以影响学习效果;是一种对自己学习内容的控制,因为语言学习者必须尽可能了解有关人物的所有内容和内涵,以便对任务难度和完成任务的过程有更好的预期和调控。自主学习“就是控制自己的学习能力”(朱玉梅 2007: 137),其关键在于学习者的动机、信心、知识和技能,即综合素质的提高。这些也正是元认知理论研究的核心问题。二语习得的研究表明,元认知对学生的语言学习有积极影响。本文在此基础上,进一步探析元认知策略与第二语言学习的关系。

### 2 元认知的理论基础

元认知概念始于认知心理学家 Flavell对元记忆的研究。他指出,元认知是认知主体对自身认知活动的认识

(Flavell 1971: 911)。这种认知既是动态的认识,即当前进行的元认知活动(自我监控),又是静态的认识(元认知知识)。元认知以认知过程和结果为对象,以对认知活动的调节和监控为外在表现。

元认知由元认知知识、元认知体验和元认知活动组成。元认知知识指认知主体对自己和他人认知过程的相对稳定的认识,是认知主体通过正式或非正式、有意或无意的的方式所获得的一种特殊的基础知识,既包括已有的关于自己或他人作为认知主体的知识(人的知识)、关于认知对象和任务的知识、关于认知策略的知识,又包括有关认知策略运用的陈述性知识、程序性知识和条件性知识(知识策略)。陈述性知识指策略是什么,程序性知识指知道怎样运用策略,条件性知识指在何时何处可以运用该策略。元认知体验是认知主体所意识到的认知体验或情感体验。元认知活动指认知主体以当前的认知活动为对象,不断进行一系列积极的自觉监测、控制和调节的活动。

上述元认知的三成分既相互区别,又相互联系。元认知知识是产生元认知体验和进行自我监控活动的基础。元认知体验既可以导致元认知知识的修正,又可以促进元认知活动对认知策略的监控和调整。元认知活动可以激发新的元认知体验,丰富已有的元认知知识。由于元认知体验与元认知活动总是同时发生,所以通常不分别进行研究,即只研究元认知知识和元认知活动。

元认知理论为提高学生第二语言学习能力提供新视角。在实际教学中,教师应该注意让学生的元认知知识全面发展,特别是在程序性知识和条件性知识方面。教师应该引导学生将元认知知识运用到实际的第二语言活动中去,即培养学生的元认知策略能力。

### 3 元认知策略与第二语言学习

#### 3.1 元认知策略

学习者通常使用的元认知策略有指导注意力、选择注意力、自我管理、自我监控和自我评估。元认知策略是指个体不断控制自己的认知过程而采取的管理步骤,如制定学习计划、监控学习过程和评估学习效果、根据自己的情况修改学习策略等。具体来说,学习者在学习前要根据自己的情况,制定出一个适合自己的计划;在学习过程中不断监控自己的学习行为和计划的实施情况;同时,对自己的学习结果作出评价,及时调整学习策略。通过教师介入学生的二语学习,对他们进行必要的元认知策略的传授,指导他们运用元认知策略来进行语言学习。

杨文滢把学习者的认知特征和第二语言学习目标结合在一起,形成包括以下三个方面的元认知策略:第一,学习前的心理自觉;第二,对学习行动的执行控制,包括理解学习行动和选择策略;第三,对学习的评估与调节(杨文滢 2002: 29)。目前,较为有效的元认知培养模式主要有4类:直接指导模式、交互教学模式、合作学习模式和概念图教学模式。直接指导模式,即首先帮助学生形成正确的元认知知识,其次介绍常用的元认知策略在具体情况下如何运用,然后结合阅读、听力、写作等活动让学生练习,教师同时可采用有声思维和策略提示卡等方式辅导,及时给予学生反馈,从而使学生体验元认知,掌握其基本策略。通过反复指导训练,帮助学生在自主学习进程中形成全程监控的习惯(包括学习前合理计划;学习中设立目标、选择对象、采用恰当的策略;学习后检查、评价、总结等)。直接指导模式能有效提高大学生的元认知水平,尤其是在提高元认知体验方面效果明显。由于元认知体验在教学中容易被忽视,可让学生主动对自己的学习过程、学习方法进行有效的监控,以进一步提高学生的元认知体验以提高学生对认知个体、认知任务和认知策略的认识。在丰富学生的元认知体验,指导其调节与监控能力方面应注意:让学生认识元认知;常给学生提

供反馈的机会;指导学生学会提问和思考,学会概括、评估自己的理解力。

元认知策略要求学生对自己使用的策略有清楚的认识。学生要清楚可用于特定活动的策略有哪些,各种策略之间有何不同,策略的适用条件和适用范围,什么样的策略对何种学习任务是有效的等等。这种知识直接影响元认知策略的使用,并因此而影响其学习结果。监控策略的实施,促使学生注意自己的学习以及所使用的语言学习策略,及时对自己的策略使用进行评价,并根据评价结果进行行为修正。

#### 3.2 元认知策略与二语学习不成功者

对有些大学生来说,在中学里,制定学习计划、监控计划、调整计划都是老师的事;现在,要对自己的学习负责,他们表现出心中无数,茫然无措。这表明,他们对元认知策略的掌握或者对学习策略的掌握还是有所欠缺。因此,对于某些二语学习不成功者来说,元认知策略的掌握不仅必要,而且介入指导的时间还要持续得长一些。

通过元认知策略的传授,帮助二语学习不成功的学生提高自己的元认知水平,继而有效提高自己的外语成绩。掌握元认知策略的学习者比那些没有相应策略的学习者更能运用策略,表现也比较出色。学习不成功者并不缺乏具体的认知策略和技能,其失败的关键是由于没有掌握该在什么时候、在哪种情况下采用哪种策略或技能(吴增生 1994: 25)。因此,教师还须与学习者共同探讨哪些听力理解策略或技能对哪些不成功的学习者在解决哪些具体的听力理解方面的问题上能起作用,即按学习者不同的认知风格来有效地解决问题。此外,教师还应将策略训练与具体的语言教学内容结合起来,不可孤立地教授策略,以免学习者“难以将刚刚学到的策略或技能灵活地运用到具体的情形中去”(李雅君 2005: 110)。也就是说,仅仅传授元认知策略是不够的,还必须视情况传授各种必需的语言学习策略。只有两者结合,才能真正提高学生的二语成绩。对于适应性比较差的学生来说,介入指导的时间应该延长。

#### 3.3 非智力因素对第二语言学习的影响

除了将元认知与学习策略结合外,还应考虑非智力因素对第二语言学习的影响。在第二语言学习中,优秀学生在坚持性和低焦虑体验上更具优势,而且使用更多的策略(Ames & Archer 1988)。大量的研究证明,学生元认知能力与其动机密切相关(Zimmerman 2001)。将动机等学习者因素考虑进去,从而在一定程度上加强它在教育上的意义。通过研究影响元认知发展的因素,发现个体的元认知发展水平与其人格发展是相辅相成、协调一致的。这里所谓的“人格”属于心理学概念,是指个体的总体心理面貌,是各种稳定的心理特征和行为方式的有机整体。它既是个体和社会环境长期互动过程的结果,

也是调节个体心理和行为以反作用于环境的重要心理变量。心理学研究表明,优秀的人格特征能为元认知的发展提供内在的学习动力和更多的发挥认知潜能的机会,同时也为元认知的发展创造良好的社会和心理环境(姚志强 1999: 87)。

语言学习不成功者由于不具备这样良好的人格特征,他们在进行语言理解过程中往往处于紧张焦虑、烦躁不安等情绪状态,这必然会影响到抑制个体对自己认知活动进行有意识地自我监察、调节和评价等活动的自觉性和积极性,最终也丧失了对语言材料的理解能力。教师应设法减少不成功者消极的语言焦虑,增强他们的自信心和自尊心,最终激发他们内在的第二语言学习动机。

#### 4 结束语

“研究和分析学生在第二语言学习过程中的心理特点和认知规律,可以帮助我们更深刻地认识外语教学的性质。”(翟丽霞 陈艳 王卓 2005: 104)就本文主旨而言,Wenden指出,“实际上,那些成功的、具有专门知识和技能的、有才智的学习者已经学会了怎样学习,他们已经获取了学习策略和有关学习策略的知识和技能,也具备了有信心、灵活地、恰当地、独立于老师地运用这些知识和技能的态度的”(Wenden 1991: 15)。学习者的元认知策略在学习过程中朝着积极的方面发展。其中,选择注意力、自我管理、自我监控和自我评估等策略发展最为有效。同时,在不同学习阶段,学习者使用的元认知策略在程度和内容上都有差异。帮助学习者了解并使用相关的语言学习策略,是成功的二语课堂教学的重要部分。让学生有一种使用元认知策略的意识和习惯,在自主学习中的作用十分重要。

#### 参考文献

程晓堂 郑敏. 英语学习策略 [M]. 北京: 外语教学与研究出版社, 2003.  
李雅君. 听作为言语理解活动的心理语言学分析 [J]. 外

语学刊, 2005 (5).

- 刘利民. 心理语言学 [M]. 成都: 四川大学出版社, 2000.  
吴增生. 值得重视的“学习者策略” [J]. 现代外语, 1994 (3).  
姚志强. 元认知与五大人格因素的相关研究 [J]. 心理科学, 1999 (1).  
杨文滢. 关于将元认知训练纳入英语教学之研讨 [J]. 外语与外语教学, 2002 (2).  
翟丽霞 陈艳 王卓. 认知心理学框架下的二语习得过程分析 [J]. 外语学刊, 2005 (1).  
朱玉梅. 语言学习中的自主学习 [J]. 外语学刊, 2007 (5).  
Ames & Archer. Achievement in the Classroom [J]. *Journal of Educational Psychology*, 1988 (8).  
Ellis, R. *The Study of Second Language Acquisition* [M]. Oxford: Oxford University Press, 1994.  
Flavell, J. H. *Metacognitive and Cognitive Monitoring* [M]. London: Prentice Hall, 1971.  
Graham, S. *Effective Language Learning* [M]. Clevedon, England: Multilingual Matters, 1997.  
O'Malley, J. M. & Chamot, A. U. *Learning Strategies in Second Language* [M]. Cambridge: Cambridge University Press, 1990.  
Oxford, R. *Language Learning Strategies: What Every Teacher Should Know* [M]. Boston: Heinle & Heinle, 1990.  
Skehan, Peter. *A Cognitive Approach to Language Learning* [M]. Shanghai: Shanghai Foreign Language and Education Press, 1994.  
Wenden, A. *Leamer Strategies for Leamer* [M]. London: Prentice Hall, 1991.  
Zimmernan, B. J. *Self-regulating Learning and Academic Achievement* [M]. Mahwah, NJ: Erlbaum, 2001.

收稿日期: 2007 - 05 - 23

【责任编辑 郑丹】