

# 国内自我调控学习研究述评(1998~2023)

张 萍, 田霄羽, 李佳学, 赵安琪

中国矿业大学(北京)文法学院, 北京

收稿日期: 2023年12月3日; 录用日期: 2024年1月2日; 发布日期: 2024年1月9日

## 摘 要

自我调控在学生学习过程中发挥着重要作用。基于在中国知网检索所得的25篇CSSCI核心期刊文章, 本文将针对自我调控学习研究整体分布趋势、研究对象、研究类型和研究主题展开文献综述。通过文献梳理和数据统计, 发现国内1998至2023年间自我调控学习的研究分布呈波动趋势; 研究对象来自不同学习阶段, 且分布不均衡; 研究主要包括理论型研究、综述型研究和实验性研究, 大部分为实验性研究, 综述研究较少; 主要的研究主题包括理论研究、教学设计和策略应用。最后, 本文总结了目前国内自我调控学习研究的成果, 并探讨了未来研究的潜在方向。

## 关键词

自我调控学习, 课堂教学, 述评

# A Review of Studies on Self-Regulated Learning in China (1998~2023)

Ping Zhang, Xiaoyu Tian, Jiaxue Li, Anqi Zhao

School of Law and Humanities, China University of Mining and Technology, Beijing

Received: Dec. 3<sup>rd</sup>, 2023; accepted: Jan. 2<sup>nd</sup>, 2024; published: Jan. 9<sup>th</sup>, 2024

## Abstract

Self-regulation plays an important role in students' learning process. Based on the literature on self-regulated learning collected in CSSCI journals, this paper reviewed 25 self-regulation studies in China by centering on the overall distribution, study subjects, study types and study themes. It was found those domestic researches in this inquiry between 1998 and 2023 showed an unsteady trend. Subjects at different schooling stages were enrolled and with imbalanced proportion. The study types fell into theoretical studies, literature review studies, and experimental studies. Most of those are experimental studies, whereas few literature review studies have been conducted.

The major study themes included the theoretical research, the instructional design, and strategy application. This paper also summarized the current research achievements on self-regulated learning in China, and discussed the potential directions in future research.

## Keywords

Self-Regulated Learning, Classroom Teaching, Review

Copyright © 2024 by author(s) and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY 4.0).

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Open Access

## 1. 引言

“自我调控学习”(self-regulated learning)这一概念最初多应用于课堂情境中,是指“学习者为了实现个人目标而努力激发与控制自己认知、情感、行为能力的过程”[1]。研究表明自我调控能力与学生的学习成绩有密切关系,影响学生自我调控学习的因素主要有个体认知发展水平、对学业成功的信念以及成就动机的性质和水平[2],同时,教师自身素质的高低对培养学生学习的自我调控能力有很大的影响[3]。随后,自我调控理论的应用范围扩大至网络环境和开放教育[4]。研究者开始关注线上课堂或虚拟课堂,并提出提高学生的自我调控能力是提高网络环境下学习者学习效果的根本所在,如何培养和提高学习者在网络教学环境下的自我调控能力是当前必须研究和重视的问题[5]。

为深入探究自我调控学习理论中学生主体作用的发挥,研究者将自我调控学习理论应用于语言课堂情境,包括汉语[6][7]和英语[8]-[16]课堂教学。研究者们提出自我调控学习在提高学习者的学习积极性、增强解决问题的能力、寻求帮助以及提高自我反思能力方面具有积极影响,有助于提升学生的学习效果。同时研究者对如何将自我调控理论应用于创新教学方法、合作创新专业学习模式、改良教学设计等进行了深入探讨[3][5]。但国内关于“自我调控学习”研究现状的系统综述很少,为此,本文对有关国内自我调控学习的相关研究进行梳理分析,概述了目前研究的总体分布趋势、研究对象、研究类型和研究主题,通过数据统计分析了当前我国自我调控学习研究的方向、重点与不足,为今后自我调控学习的研究尤其是线上教学环境中的自我调控学习研究提供一些启发和思考。

## 2. 研究方法

本文在 CNKI 数据库中,以“自我调控”“自我调控理论”“自我调控学习”“自我调控策略”为关键词检索出来源为 CSSCI 核心期刊数据库的文献共 267 篇,年份分布在 1998 至 2023 年间。对检索所得论文的题目,摘要等进行通览后,剔除与教学、自我调控学习无关的论文,最终获得有效文献 25 篇。

笔者将基于对整体分布趋势的分析,论述既有文献的研究对象,研究类型,研究主题。

## 3. 研究述评

### 3.1. 整体分布趋势

如图 1 所示,论文发表数量呈现出变化期-平稳期-变化期的阶段性波动特征。因此,研究可分为三个阶段:1) 第一阶段(1998~2004)共有论文 8 篇,整体论文数量呈上升趋势,除 2000、2001 两年无发表论文,2004 年论文数量最多,达到峰值 3 篇。这一阶段,研究者开始从西方引入自我调控理论,对自

我调控理论进行介绍和解读[2] [17] [18] [19],并对西方已有的自我调控研究做研究述评[20]。2002至2004年刊发论文在介绍自我调控理论的基础上进行分析,指出了了质性研究的新方向[2],并提出了在课堂教学环境下同时提高老师自我调控学习技能的新型教师专业学习模式[3]。2) 第二阶段(2005~2019),共有论文9篇,论文数量有所下降,但总体趋势保持平稳。这一阶段研究从理论探索过渡到实证研究,研究者对策略性自我调控模型这一学习策略理论新框架进行解读和评析[21],还开始关注网络环境和开放教育下的自我调控能力培养和教学研究[4] [5],并开始将自我调控理论应用于二语习得者,以探究自我调控策略的应用对二语习得的影响和二者间的关系[6] [7] [15]; 3) 第三阶段(2020~2023),共有论文8篇。这一阶段的研究主要从学生视角出发,进一步通过实证研究验证了自我调控理论在教学应用中的效用。这一阶段出现了基于自我调控理论的学习者学习情感历时研究[13]; 2022至2023年刊发论文集中于对大学生学习动机与在线自我调控学习的探究[8] [9] [10]。自2020年以来,自我调控学习研究多聚焦于在线环境下学习者自我调控能力的研究[8] [12] [14] [22],体现疫情时代对自我调控学习研究的影响,线上教学一度成为主流教学模式,引发研究者对在线环境下学习者自我调控能力的探究。

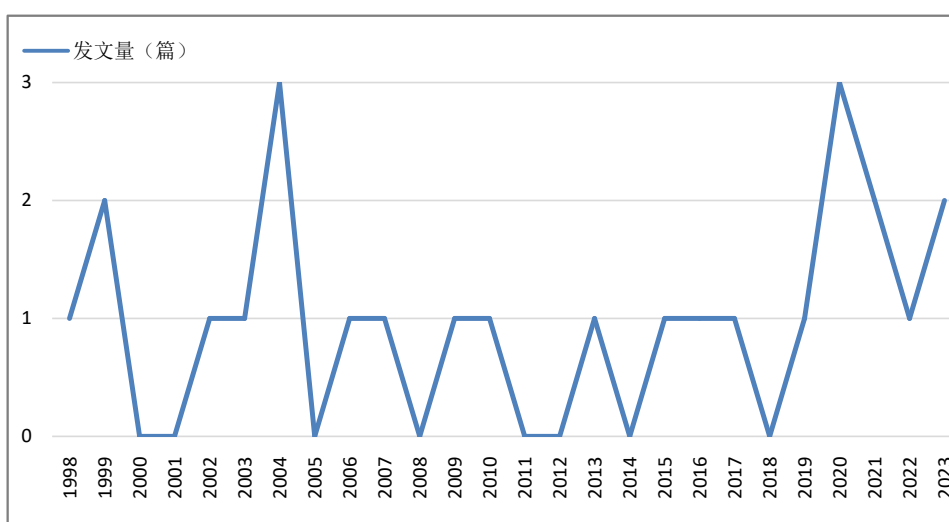


Figure 1. Annual distribution of self-regulated learning studies in China from 1998 to 2023

图 1. 1998~2023 年国内自我调控学习研究的年份分布

### 3.2. 研究对象

Table 1. Stage distribution of subjects of self-regulated learning studies

表 1. 自我调控学习研究对象的阶段性分布

研究阶段 研究对象	1998~2004	2005~2019	2020~2023	小计
中学生	0	1	2	3
本科生	0	3	6	9
研究生	0	1	0	1

如表 1 所示,相关论文的研究对象涉及了不同教育阶段的学习者,且比例不均衡,以本科生为研究对象的论文占绝大多数(69%)。究其原因,自我调控能力与个体认知发展水平密切相关,相较于年幼儿童而言,大学生能够运用元认知能力对自己的行为进行调控,掌握自我调控的学习策略,同时大学生对于

学业成功的信念以及学习能力的客观认识也影响其自我调控学习策略。此外, 在自我调控学习的相关研究中, 研究者多为教师团体, 探讨了自我调控学习策略的教学设计、自我调控学习在学生中的应用情况及其影响因素, 借助课堂这一教学情景进行研究分析。因此大部分研究者选取大学生作为研究对象, 少部分也选择中学生或研究者群体作为研究对象, 为促进国内自我调控学习研究的全面发展, 未来应加强对中学生和研究生学习者群体的关注。

### 3.3. 研究类型

如表 2 所示, 研究类型主要可分为理论型研究、综述型研究和实验性研究, 其中实验性研究(52%)和理论型研究(40%)占绝对主导地位, 而综述型研究(8%)十分薄弱。

**Table 2.** Stage distribution of types of self-regulated learning studies

**表 2.** 自我调控学习研究类型的阶段性分布

研究类型 \ 研究阶段	1998~2004	2005~2019	2020~2023	小计
理论型研究	7	2	1	10
综述型研究	1	1	0	2
实验性研究	0	1	12	13

本文理论型研究是指运用理论分析的方法对“自我调控学习”的概念内涵等进行理论化阐述的研究, 共 10 篇。研究者对自我调控学习的理论探索主要基于两个视角: 第一, 教师视角。探讨教师在课堂中根据学习者“最近发展区” [18], 培养学生有效使用自我调控学习策略的方法[3] [21]。第二, 学习者视角(如二语习得者, 网络环境下学习者等)。讨论如何培养学生树立自我调控观念, 正确运用自我调控策略, 主动进行学业求助, 从而提高自身学习能力[4] [23]。研究者探讨了自我调控学习的影响因素, 包括成就目标、自我效能、任务价值等, 为学生进行自我调控提供思路[2] [19]。以上分析显示, 国内对自我调控学习的理论型研究主要集中于第一阶段(1998~2006), 为开展实证研究提供了较为扎实的理论基础。

综述类研究主要指通过文献梳理对自我调控学习理论及其相关研究进行评述, 聚焦于研究贡献、不足以及未来课题的研究方向, 共 2 篇。戴健林和莫雷[20]在介绍了由 Zimmerman 和 Risemberg 提出的自我调控理论的基础上, 发现自我调控策略对于写作的计划、转译和修改过程均有影响。官群[24]总结了自我调控学习的第二次研究浪潮, 发现这一阶段的研究以动态、多层次、多循环为主要特征。仅有的两篇述评文章对自我调控理论研究展开讨论, 亟需针对自我调控学习的实际应用的综述类研究。

实验性研究指采用实验或准实验法进行的量化或质性分析或混合分析的研究方式, 共 13 篇。量化研究重点关注学习者自我调控的影响因素与学习成绩之间的关系[16] [25]; 采用混合分析方式的研究重点分析学习动机及英语学习成就与自我调控学习的关系[10] [15]。这些研究验证了自我调控理论的有效性。

以上文献表明, 国内有关自我调控学习理论的研究在理论和实践层面都取得了一定的进步。理论研究探讨了自我调控的概念、特点、影响因素和培养策略, 推动了自我调控学习的理论发展。实践研究以量化或质性实验结果显示了自我调控理论在教学情境中的实际应用情况, 为未来多种学习环境中的自我调控研究提供了视角。

### 3.4. 研究主题

#### 3.4.1. 自我调控理论研究

自我调控理论研究集中在第一个研究阶段, 一些研究者从自我调控学习的影响因素入手, 从教师和

学习者两方面探讨和分析了自我调控理论。如常淑敏[18]基于最近发展区理论,探讨学业求助对于自我调控的影响,鼓励教师培养学生进行学业求助的积极性,从教师视角为提高学生自我调控能力。李晓东和张炳松[26]则从学习者的成就目标、期望价值、自我效能及归因四个方面分析成就动机与自我调控学习之间的关系。也有研究者从个人、行为和环境三种因素探讨其对学生自我调控的影响,以及三种因素与自我调控策略应用相结合[23]。另一些研究者将自我调控与学习者能力、学习策略结合起来,讨论如何实现相互促进。姜华和岳毅力[4]运用当代教育理论和心理学研究成果,提出掌握学习策略与整合各类学习资源的能力是开放教育中学生在进行自我调控学习时的关键。此外,李晓东和赵烁[2]提出要以质性研究为主分析自我调控学习策略,加深对学生在学习活动中的认知、动机和行为表现,为未来的研究方向提供一定的理论基础。常海潮[21]运用 S<sup>2</sup>R (Strategic Self-Regulation)模型进行分析,将自我调控与学习策略有机统一,突出学习者“自我”的主导作用,帮助外语教师培养学生有效使用学习策略,从而实施全人化外语教学。

综上所述,当前研究对自我调控学习进行了较为充分的理论探讨,为实证研究提供了较好的理论基础。

### 3.4.2. 自我调控教学设计

研究发现,国内有关自我调控学习的课程设计研究大多停留在理论层面,研究者介绍了如何在课堂进行学科内容教学的同时进行自我调控学习策略的教学。如林·考勒等[3]分析了在课堂中创建支持自我调控学习的环境应该注意的教学因素,以及教师专业学习模型在实施中的十项原则。庄科君等[5]探讨和分析了网络环境下自我调控学习的影响因素,并提出网络环境下自我调控学习能力培养的教学设计,为自我调控学习实践提供了理论指导。

### 3.4.3. 自我调控策略应用

自我调控策略应用研究主要从课堂情境(在线教学、不同学科教学)、学习群体(中学生、大学生及研究生)、自我调控策略应用目的(提高学习者整体或某一方面学习水平、消弭情绪焦虑,或提高教师教学水平)等维度展开。

不同课题情境(中学线上线下英语教学、大学线上英语教学、线下汉语教学)的研究显示,自我调控策略应用可以激发学习者的学习兴趣及动力,缓解学习焦虑,促进学习效果的提升[15] [21] [25]。而在语言学习方面,自我调控策略的使用有助于学习者提升口语流利度,掌握更多词汇,促进第二语言的学习[6] [7]。由此可见,自我调控策略应用对不同学习者群体在不同教学环境下的学业成绩提升、学习能力及水平提升有着显著作用。

虽然自我调控策略应用已被证实能够提升学习者的学习能力,但由于不同学习者个体差异有可能导致自我调控策略的应用效果不同,甚至差异较大。因此,如何根据不同学习者的自身条件、特点,引导学习者采用自我调控策略提高学习能力和学习效果仍然需要做进一步研究。

## 4. 自我调控学习未来研究

已有研究对自我调控学习的理论讨论有助于研究者和教师对此概念及应用策略的充分理解,同时实证研究为自我调控学习的有效性提供了实践支持。但是,目前国内的研究还需要更多的实证研究来改善研究对象不平衡、研究视角有限等问题。今后的研究可以重点关注以下几个方面。

1) 拓展研究对象。目前,研究对象大多为我国高校本科英语学习者,多数为大学生。研究结果可能在一定程度上缺乏普适性,应将研究对象扩大到不同学科、不同学业阶段的研究样本,揭示不同学科及不同群体的自我调控学习现状,进一步从理论和实践层面提升对自我调控学习的认识。

2) 关注动态发展过程。学习者的自我调控学习能力是一个动态发展的过程, 我们可以开展更长期的纵向研究, 跟踪调查自我调控学习能力不同的学习者, 深入挖掘学生自我调节学习技能的使用和发展以及影响这些技能的因素, 在后期, 可以以时间为轴, 深入分析学生自我调控学习能力的动态变化过程, 找到自我调控学习能力的发展机制, 从而提高学生的学业成绩。

## 5. 结语

本文对 1998~2023 年间国内自我调控学习研究进行文献综述。研究基于在中国知网检索所得的 25 篇 CSSCI 核心期刊文章, 分析其整体分布趋势, 围绕研究对象、研究类型和研究主题展开文献综述。研究显示, 国内 1998 至 2023 年间自我调控学习的研究分布呈波动趋势; 研究对象来自不同学习阶段, 且分布不均衡; 研究主要包括理论型研究、综述型研究和实验性研究, 大部分为实验性研究, 综述研究较少; 主要的研究主题包括理论研究、教学设计和策略应用。

现有的自我调控学习研究对自我调控学习的理论讨论有助于研究者和教师充分理解其概念及应用策略, 而实证研究在实践层面上为自我调控学习的有效性提供支持; 但现有研究同时也存在研究对象不平衡, 研究视角有限等问题, 未来研究可以拓展研究对象, 扩大研究样本, 跟踪调查自我调控学习能力不同的学习者, 开展更长期的纵向研究, 以推动自我调控学习研究全面、科学、均衡发展。

## 基金项目

本文为中国矿业大学(北京)大学生创新训练项目“MOOC 英语教学环境下学习者自我调控能力研究”的阶段性成果, 项目编号 202308006。

## 参考文献

- [1] Zimmerman, B. (2000) Attaining Self-Regulation: A Social Cognitive Perspective. In: Boekaerts, M., Pintrich, P. and Zeidner, M., Eds., *Handbook of Self-Regulation*, Academic Press, San Diego.
- [2] 李晓东, 赵烁. 自我调控学习新取向: 质化研究[J]. 东北师大学报, 2002(6): 101-106.
- [3] 林·考勒, 朱迪·伦迪, 罗静. 自我调控学习的课堂教学设计理论[J]. 开放教育研究, 2004(3): 16-18.
- [4] 姜华, 岳毅力. 论开放教育中的自我调控学习[J]. 教育与职业, 2006(18): 64-66.
- [5] 庄科君, 王海燕, 王梅艳. 网络环境下自我调控能力培养的教学设计研究[J]. 开放教育研究, 2007(3): 90-93.
- [6] 付佩宣, 王建勤. 自我语言调控对二语学习者口语流利度发展的影响[J]. 华文教学与研究, 2017(3): 11-19.
- [7] 蒋荣. 调控理论视角下汉语学习者词汇习得的认知机制研究[J]. 语言教学与研究, 2013(1): 9-15.
- [8] 薛红果. 在线学习环境下大学生学习动机与自我调控学习研究[J]. 中国电化教育, 2023(8): 112-118.
- [9] 郑春萍, 陈旭, 王婧怡. 海峡两岸大学生英语学习动机与在线自我调控学习研究[J]. 中国外语, 2023, 20(1): 64-72.
- [10] 郑春萍, 高梦雅, 许玲玉, 陈旭. 在线教育环境下大学生英语学习动机与自我调控学习研究[J]. 西安外国语大学学报, 2022, 30(3): 67-72.
- [11] 周琼, 郑春萍, 高梦雅, 王丽丽, 王婧怡. 英语学习者在线自我调控及新媒体素养研究——以少数民族地区高中生为例[J]. 西安外国语大学学报, 2021, 29(2): 78-83.
- [12] 李莹莹, 周季鸣. 线上英语教学环境下学习者自我调控能力研究[J]. 外语与外语教学, 2020(5): 45-54+149.
- [13] 常海潮. 英语专业学生学习情感自我调控历时研究——基于学习焦虑消弭策略的动态考察[J]. 外语教育研究前沿, 2020, 3(2): 50-57+92.
- [14] 郑春萍, 王丽丽. 高校英语学习者技术接受与在线自我调控学习的结构关系研究[J]. 外语教学, 2020, 41(2): 64-70.
- [15] 尚建国. 网络环境下大学生自我调节学习策略与英语学业成就之关系研究[J]. 外语研究, 2016, 33(4): 57-62.
- [16] 秦学锋, 杨东英, 王青. “词汇学习自我调控力量表”信度再研究[J]. 兰州大学学报(社会科学版), 2010(S1):

---

140-142.

- [17] 汪新凡. “学习型人”与自我调控学习[J]. 高等工程教育研究, 2004(2): 87-88.
- [18] 常淑敏. 由最近发展区到学生的学业求助——自我调控学习的重要策略[J]. 当代教育科学, 2003(22): 31-33.
- [19] 孟威佳, 李晓东. 自我调控学习——面向 21 世纪的学习理论[J]. 东北师大学报, 1999(1): 85-91.
- [20] 戴健林, 莫雷. 西方关于写作过程的自我调控研究的进展[J]. 心理发展与教育, 1999, 15(3): 54-57.
- [21] 常海潮. 策略性自我调控(S~2R)模型——二语学习策略理论的承续和突破[J]. 外语电化教学, 2019(4): 54-60.
- [22] 杨蕙宁, 姚凤梅. 论电子化教学语境下学生自我调控学习能力的提高[J]. 首都师范大学学报(社会科学版), 2021(5): 65-72.
- [23] 王立新. 自我调控策略在学生学习中的运用[J]. 辽宁教育研究, 2004(8): 94-95.
- [24] 官群. 自我调控学习: 研究背景、方法发展与未来展望[J]. 心理科学, 2009, 32(2): 394-396.
- [25] 陈四光, 余仙平, 朱荣, 安献丽. 初中学生情绪调控策略与学业自我效能感、学习成绩关系的研究[J]. 教育学术月刊, 2015(10): 53-57.
- [26] 李晓东, 张炳松. 成就动机与自我调控学习[J]. 教育研究, 1998(8): 62-66.