

# 自主學習之相關理論及其在教學者的角色與定位

新北市立蘆洲國民中學校長／國立臺灣師範大學工業教育學系博士候選人  
游玉英

## 壹、前言

教育部在國民教育新課程總綱中提出核心素養，指為個體面對生活的挑戰，所應具備的能力、知識與態度。而其中一項「自主行動」面向，其包括「系統思考與解決問題」、「身心素質與自我精進」、「規劃執行與創新應變」。在教育學習階段的自主行動思考、解決問題、精進、規劃執行與創新應變是為學習的內涵，故自主行動是以學習為主軸的行動，本文就以自主學習作為自主行動論述之基點。自主學習 (learning autonomy) 是近年來學習領域中受重視的主題，許多教育學者甚至期待研究結果定為正式教育之學習策略，期待學生離校後，能運用這項能力的導引繼續學習，以達終身教育之目的 (Boekaerts, 1997)。

## 貳、自主學習之定義

在蒐集自主學習相關資料，而其所闡述的內容與概念雖異，然均涉及學習，特別是在學校或教室環境中進行的學習之論述相似高且篇幅亦多。其論及理論有行為論、社會認知論、Vygotsky 的鷹架論和建構論等模式 (Zimmerman, 1989)，模式均強調學習者積極地運用後設認知、動機及行動之學習歷程，以促進提升學習效果。而「自主學習」定義從教學層面、資源層面、心理層面有其不同定義。在教學層面上，強調學習者中心，以及學習者主導學習經歷的教學模式 (Abdullah, 2001; Persichitte, Caffarella, & Ferguson-Pabst, 2003)；在資源層面上，Gibbons (2003) 指出由學習者選擇及付出努力所獲取的知識、技能、成就或發展上，學習過程不受時間及

情境所限制；在心理層面上，Knowles (1975) 強調在學習過程依學習者或他人協助下，能判別學習的需求、自我規劃學習目標、評估及搜集各項學習資源，挑選、決定及實踐學習策略，並評估其學習效能。

另 Freire (2011) 指出，學生主動去發現、探索與感受的學習歷程，找到學習的意義，提升專注學習的程度，以及激發從「要他學」轉變為「他要學」主動積極熱情的態度。這符應近期熱門議題的翻轉教學，由教學者的主動的教學，轉為學習者主動學習的歷程 (郭靜姿、何榮桂，2014；Kong, 2014)。藉由翻轉達到或提升學生思考力及判斷力的目標，亦提升學習成效。如此，教師角色由「知識的教導者」轉變為「學習的引導者」，強化學習者自主學習的能力 (何琦瑜、賓靜蓀、陳雅慧，2013)。強調把學習權還給學生，透過教師的引導，讓學生覺得學習是自己的責任，被視為自主學習。

綜上，自主學習視學習者為學習的主導者，須主導其學習過程及負學習責任。基此，自主學習在教育用語不難發現以 self-regulated learning、self-directed learning、goal-driven learning、goal-oriented learning 等專業詞彙。有些文章原文雖異，然譯名亦用「自主學習」為題，茲蒐集相關文章大致包含個人自我調整、自我導向、目標導向、目標驅使等元素的轉移及應用至學習環境中，茲以「自主學習」相關議題之理論說明如下：

## 參、文獻探討

### 一、自我調整學習

自我調整學習 (self-regulated learning, SRL) 涉及將學習的一般規範和自我規範應用於學習上，特別是以學校或教室環境中進行的學習。SRL主要來源於心理學領域，其重點是認知和後設認知的概念和功能 (Pilling-Cormick, & Garrison, 2013)。從 Zimmerman、Bonner和Kovach (1996) 所提出的SRL循環模式 (cyclic model of self-regulated learning)，包括「自我評價與監控」、「目標的設定與策略計畫」、「策略的執行與監控」、「監控策略使用的效果」四步驟，形成不斷循環的系統。Zimmerman (2002) 認為SRL循環模式強調激勵學生內在的學習動機，促使學習自我監控，採用有效的學習策略，增強學習的自我效能，改善學習表現。因此，SRL可視為個體不斷持續發展的學習系統，使個體有效地自我管理、自我監控、自我評價等，關乎學習目標，進而促進個體有效搜尋解決問題的資訊與策略。

SRL是積極性的、建設性的過程，學習者設定目標，然後嘗試監督、調節和控制其認知，動機和行為，指導和管控，透過目標和環境中的情境。這自我調整歷程可調解個人與情境之間的關係及其整體成就 (Pintrich, 2000)。這就是自我調整學習的模式 (Pintrich, 2000; Butler, & Winne, 1995; Zimmerman, 1998a, 1998b, 2002)。綜上，自我調整學習者在學習過程中，具有對自己成就表現的判斷及自我效能的知覺，而選擇適用的自我調整學習的歷程。

## 二、自我導向學習

自我導向學習 (self-directed learning, SDL) 的概念起源於成人教育領域 (Roberson, & Merriam, 2005)。對於SDL同義詞是終身學習或自主學習，和學生為中心的教育 (Cadorin, Suter, Dante, Williamson, Devetti, & Palese, 2012:153)。SDL是一種能力 (Mourad, 1964)，而此種能力《學習的自主性》的發

展上呈現三種類型1.是天生的氣質 (innate disposition) (Grow, 1994; Tough, 1997)，2.是獲得的特質 (acquired quality)，3.是習得的特性 (learned characteristics) (Grow, 1994; Tough, 1971)，在教育立場是以後天習得、透過教育的所學習得特質為重點，亦即相信SDL是一種可透過學習而得到的能力，被認為是成功學習的關鍵 (Boekaerts, 1999; Lindner & Harris, 1993)。

Hemmes, Long 和 Rowland (2000) 強調自我導向與自我調整學習兩學習理論是有聯結的。自我調整是自我導向的關鍵因素之一。兩者在學習行為上有共同的特質，如動機、目標導向和自我調整 (Meichenbaum & Biemiller, 1992)，均強調學習者的選擇與掌握學習路徑和進度，進行自我監測，以滿足其學習的需求 (Garrison, 1997)。

SDL是一種學習的過程，由學習者掌握積極主動的歷程，訂定學習目標、尋求資源、確定與執行策略和評估結果。是種能力可透過課堂上、一對一或小組的學習環境中獲得。構建於宏觀層面，被視為對外部學習環境的公開管理的學習能力，與SRL微觀則關注內在認知和情感學習環境的內在管理，個體內在系統調節的學習歷程有異。

## 三、目標驅使學習

目標驅使學習 (goal-driven learning, GDL)，是關心學習目標，內在驅力考量何時學習與如何學習，以及如何選擇策略，是否能做出正確的決定的歷程。早期的目標驅使學習依循範例探討學習目標如何影響學習過程。目標驅使學習重點關注自己決定要學習什麼和如何學習的系統 (Radhakrishnan, Ontañón, & Ram, 2009)。通常，GDL系統使用基於後設推理能力、識別學習目標和制訂策略。GDL的核心思想是學習的價值取決於學習對學習者目標的貢獻程度，學習過程以目標為指導方向 (Radhakrishnan, Ontañón, & Ram,

2009)。

GDL的有效性取決於能就何時學習和學習做出好決策，並選擇最佳策略實現學習目標 (Leake, & Ram, 1993)。這與許多學習系統中使用的被動和靜態過程不同，GDL是迴圈循環的過程，其中選擇目標概念和學習策略，是以期望和知識需求為指導 (Hunter, & Sanders, 1990)。歸納以學習者學習為主的GDL (Hemmes, Long & Rowland, 1998) 對學習理念強調做中學、激發學習者的學習動機、讓學習者作有效的學習及提升學習者持續學習的力量之四項主張。總之，實施落實自我驅使學習，著重於學習過程重於學習成果。教師的角色也變為促發者，而非傳統的知識傳授者。

#### 四、目標導向學習

目標導向學習 (goal orientation learning, GOL) 係指關注教學或學習的價值產出，聚焦不同學習動機對學習的影響 (Weiner, 1993)。GOL主張在面對困難、挫折、障礙時，會導出正向的學習信念、歷程及學習效果，如對學習有較高的內在興趣、面對失敗能堅持不懈、會選擇適度挑戰性的任務、主動搜尋回饋資訊、深層學習策略等，表現出成果導向；相反的，則易導致較低的學習動機及自律 (Dweck & Leggett, 1988)。

GOL分三層次，第一是一個掌握目標，學生專注於掌握任務，並有獲得新技能的願望。第二是績效目標，學習者的主要關注點在於看待其能力，著重於如何獲利獲勝的判斷力。第三是一個績效迴避目標，即學習者企圖避免不利的判斷，遠離挑戰性的任務 (Elliot & Harackiewicz, 1996)。Elliott和Dweck (1988) 提出採用績效目標者會有高度的學習自我效能感。

當學生學習以GOL時，學習者自主性會增加，會啟發其積極性，帶入學習信念和目標。研究顯示高自我效能者，亦傾向於

學習和實現超過自我效能低的學生 (Bandura, 1986)。其任務遠超出其能力時，自我效能會低下，對成功的期望亦小，可能導致焦慮增加，生產力下降和參與度下降。綜上，透過GOL的指導與落實，其以學習力增強進而提升學習成效 (Winne, 1997)。

#### 肆、教師在自主學習教學上的角色與定位

綜合上述四種以自主學習理論論述，學習者主動的學習過程，所欲達成的任務、優先學習的目標和尋求形成學習的目標。由學習者系統的描述和應用的模式化學習各主要學習行動，亦由學習者知識重建的歷程，教學者與學習者的角色與定位是相互影響的。據歸納出教學者或教師在自主學習的教學上，要善用下列策略以確立教師角色定位，分述如下：

##### 一、引領學生自我調整

在學習過程中教師要引導學生關乎學習目標明確，透過自我管理監控與評價，對學習成果表現的判斷及效能的知覺，調整學習的歷程進而解決問題。

##### 二、掌握自我導向歷程

教師引導學習者掌握積極主動的歷程，訂定學習目標、選擇與掌握學習路徑和進度，尋求資源，進行自我監測、確定與執行策略和評估結果，以滿足其學習的需求。

##### 三、善用目標驅使策略

教師要能導引學習者發展持續學習的力量，由於專業實務的知識和技術，要求持續改變，回應知識內容、統合知識、和評量，以達到自我學習的目標，進而達成預定的學習目標。

##### 四、運用目標導向策略

教師引導學生聚焦學習動機，正向的學習過程，關注學習的產出，面對失敗能堅持不懈，主動搜尋資訊、運用深層學習策略，重視學習效果，表現成果導向。



### 伍、結語

自主學習是強調學習過程重於學習成果。教師的角色為促發者，而非知識傳授者。基於此，教師的教學策略亦應有所調整，不只是依循傳統的教學策略，善用目標驅使、目標導向讓學生學會自我監控與調整，驅使學生自主的完成整個學習的歷程，學生是主動的，形塑成學習是學生自己需要的學習，為自己的學習過程與成果負責的學習。

### 參考文獻

- 何琦瑜、賓靜蓀、陳雅慧、楊煥世、黃建賓 (2013)。翻轉教育：未來的學習、未來的學校、未來的孩子。臺北市：天下雜誌出版。
- 郭靜姿、何榮桂 (2014)。翻轉吧教學！。臺灣教育，(686)，9-15。
- Abdullah, M. H. (2001). Self-Directed Learning. ERIC Digest.
- Bandura, A. (1986). Fearful expectations and avoidant actions as coeffects of perceived self-inefficacy.
- Boekaerts, M. (1997). Self-regulated learning: A new concept embraced by researchers, policy makers, educators, teachers, and students. *Learning and instruction*, 7(2), 161-186.
- Butler, D. L., & Winne, P. H. (1995). Feedback and self-regulated learning: A theoretical synthesis. *Review of educational research*, 65(3), 245-281.
- Cadorin, L., Suter, N., Dante, A., Williamson, S. N., Devetti, A., & Palese, A. (2012). Self-directed learning competence assessment within different healthcare professionals and amongst students in Italy. *Nurse education in practice*, 12(3), 153-158.
- Dweck, C. S., & Leggett, E. L. (1988). A social-cognitive approach to motivation and personality. *Psychological review*, 95(2), 256.
- Elliott, E. S., & Dweck, C. S. (1988). Goals: An approach to motivation and achievement. *Journal of personality and social psychology*, 54(1), 5.
- Freire, P. (2010). *1970 Pedagogy of the Oppressed*. New York: Herder and Herder.
- Garrison, D. R. (1997). Self-directed learning: Toward a comprehensive model. *Adult education quarterly*, 48(1), 18-33.
- Gibbons, M. (2003). *The self-directed learning handbook: Challenging adolescent students to excel*. John Wiley & Sons.
- Grow, G. (1994). In defense of the staged self-directed learning model. *Adult Education Quarterly*, 44(2), 109-114.
- Hemmes, K., Long, C., & Rowland, G. (1998). Situating learning of human performance technology. *Performance Improvement Quarterly*, 11(3), 16-31.
- Hunter, C. A., & Sanders, J. K. (1990). The nature of pi.-pi. interactions. *Journal of the American Chemical Society*, 112(14), 5525-5534.
- Knowles, M. S. (1975). *Self-Directed Learning: A Guide for Learners and Teachers*.
- Kong, S. C. (2014). Developing information literacy and critical thinking skills through domain knowledge learning in digital classrooms: An experience of practicing flipped classroom strategy. *Computers & Education*, 78, 160-173.
- Leake, D. B., & Ram, A. (1993). *Goal-Driven Learning: Fundamental Issues: A Symposium Report*. *AI Magazine*, 14(4), 67.
- Lindner, R. W., & Harris, B. (1993). Self-Regulated Learning: Its Assessment and Instructional Implications. *Educational Research Quarterly*, 16(2), 29-37.
- Meichenbaum, D., & Biemiller, A. (1992). In search of student expertise in the classroom: A metacognitive analysis. *Promoting academic competence and literacy in school*, 3-56.