

社交媒体驱动下基于自我调节理论的大学英语教学模式

贾颖

北京物资学院, 北京 101149

摘要: 现如今, 我们处在快速发展变化的数字化时代, 随着网络的发展和社交媒体的广泛应用, 社交媒体在教学中扮演着越来越重要的角色。在大学英语教学中, 教师可以利用社交媒体帮助学生开展自主学习, 学生们可以通过各种平台 (如微信、学习通等) 进行信息交流、经验分享和学习资源的获取。通过使用这些社交媒体, 教师可以快速给予学生反馈和帮助, 学生之间也可以建立快速联系, 从而更好地促进信息的沟通和解决问题。特别是在班级容量大, 学生英语水平参差不齐的班级中, 为了更有效地利用这些平台帮助学生高效地自主学习, 教师可以在大学英语教学中适当采用自我调节学习理论, 引导学生根据自身实际情况, 设置可行的学习目标, 激发学生学习英语的兴趣, 主动学习和反思, 从而有效地提高学生们的英语综合应用能力。

关键词: 社交媒体; 大学英语教学; 自我调节理论; 自主学习

A College English Teaching Model Based on Self-regulation Theory Driven by Social Media

Jia,Ying

Beijing Wuzi University, Beijing, 101149, China

Abstract: In today's rapidly evolving digital era, with the development of the Internet and the widespread use of social media, social media is playing an increasingly important role in teaching. In college English teaching, teachers can utilize social media to assist students in carrying out autonomous learning. Students can exchange information, share experiences, and access learning resources through various platforms such as WeChat and Xuexitong. By using these social media platforms, teachers can promptly provide feedback and assistance to students, and students can also establish quick connections with each other, thereby better facilitating information communication and problem-solving. Especially in classes with a large number of students and uneven English proficiency levels, in order to more effectively use these platforms to help students learn autonomously and efficiently, teachers can appropriately adopt the self-regulation learning theory in college English teaching. This theory can guide students to set feasible learning goals according to their actual situations, stimulate their interest in learning English, encourage them to learn and reflect actively, and thus effectively improve their comprehensive English application abilities.

Keywords: Social media; College English teaching; Self-regulation theory; Autonomous learning

DOI: 10.62639/sspips39.20250204

网络及智能手机和电子设备的普及促进了形形色色社交媒体的诞生与发展。在日常生活中, 人们可以利用智能设备通过社交媒体随时随地获取信息和彼此沟通。大学生作为社交媒体的主要使用者之一, 在日常生活和学习中习惯于利用智能手机来查看信息和与他人进行沟通交流^[1]。在大学英语教学中, 教师可以利用这一点灵活利用恰当的社交媒体引导学生开展自主学习并结合自我调节学习理论, 引导学生主动参与到英语学习中的同时学会自我管理和调节, 变被动学习为主动学习, 从而有效地提高学生的英语综合能力。

一、社交媒体在大学英语教学中扮演的角色及作用

社交媒体对人们的学习和生活产生了极大的影响, 我们每天的生活似乎都离不开社交媒体。教师若能利用合适的社交媒体, 使其在大

学英语教学中发挥积极作用, 从而将课堂教学与线上教学巧妙结合起来, 大大提高大学英语教学质量^[2]。

(一) 社交媒体作为学习平台和工具:

在大学英语教学中, 教师可以利用社交媒体平台 (如微信群等) 将网络上各种学习资料 (包括视频, 音频以及图片等) 进行筛选和整合, 并且结合学生实际情况和需求, 针对不同学生组建学习群, 教师可以在这些微信群中分享学习资源、与学生讨论学习问题或者布置课后学习任务, 从而有针对性地帮助不同程度的学生提高英语能力的同时还可以增强学生的参与感和自信心。

(二) 促进学生间的学习与合作:

学生可以利用社交媒体 (例如微信群) 组成不同的学习小组, 在小组群中学生可以分享彼此的见解, 进行互相评估, 从而提升学习效果。教师也可以利用社交媒体 (例如慕课平台) 布置与课堂内容相关的课后作业。例如, 在

(稿件编号: IPS-25-4-1020)

作者简介: 贾颖 (1978-), 女, 汉, 山东省济宁市, 硕士, 讲师, 研究方向: 跨文化交际, 应用语言学, 教学法。

基金项目: 北京物资学院 2024 年校级本科教育教学改革创新资助一般项目: “社交媒体驱动的自主学习策略: 基于自我调节理论的大学英语教学模式” (编号 29)。

《学术英语 1》中有关“Marriage, family and the home”的教学中, 教师可以在慕课平台布置话题“what do you think is a boomerang child?”的话题供学生讨论, 学生可以结合课堂所学知识发表自己看法的同时也可以浏览其他同学的观点, 从而相互学习探讨, 学会批判性地思考问题。

二、基于自我调节理论的大学英语教学模式

美国心理学家 Barry J. Zimmerman 从上世纪 80 年代开始研究自我调节学习 (self-regulated learning), 根据 Zimmerman 的研究, 自我调节学习是指学习者为了保证学习成功、提高学习效果和达到学习目标, 能主动地运用与调控元认知、动机与行为的过程^[3]。Ahmet Erdost Yastibas 和 Gülsah Cinar Yastibas 也在他们的文章中指出, 自我调节学习理论学生在整个学习过程中可以根据自身情况主动地设置学习目标、监控自己的学习进展以及进行自我反思^[4]。在这样的学习模式中, 学生可以主动参与和自我管理。自我调节学习理论是一种强调学习者主动性和自我管理能力的学习理论。将该理论融入大学英语教学, 教师能够更加有效地培养学生的自主学习能力, 使他们能够在未来的学习和生活中更加自信和成功。具体可通过目标设定, 自我监控, 学习策略, 情绪调节, 提供反馈等五个方面实施。本文将从这五个方面阐述如何在大学英语教学中利用自我调节理论。

(一) 目标设定

很多刚刚进入大学的学生没有明确的学习目标, 大部分学生还习惯于传统的教学模式, 即教师居于主导地位, 学生被动地接受。这样的教学模式下, 教学效果很受影响。特别是在班级人数较多的大学英语的课堂上, 学生来自五湖四海, 英语程度参差不齐, 学生的自信心很容易受到打击, 学习积极性很容易受到影响。为了改变这一状况, 教师有必要引导学生根据自身实际情况和需求明确设定自己想要达成的目标。目标的设置可以从小到大, 从短期到长期。根据设定好的目标, 学生可以为自己量身定做一个个切实可行的学习计划。这个学习目标要具体并且可衡量。例如针对词汇量小的同学, 老师可要求他们在一定时间内完成特定的阅读量; 针对需要提高口语听力的学生, 可以每天进行听力口语的练习, 在一个学期内可以达到一个目标。刚开始, 这些目标不必定得太高, 一定是可行的, 并且可以阶段性修正的。通过制定可行的计划和实际的目标的设置, 学生才有信心完成这些目标和计划。

(二) 自我监控

在实现个人目标的过程中, 教师可以指导学生观察自己的行为和学习模式, 鼓励学生定期反思自己的学习过程和效果, 记录自己的学习进度和存在的问题。并将其与之前制定的目标进行比较。在这个过程中, 学生可以随时检

查自己的计划完成情况, 了解自己距离设定的目标有多近, 以及需要改进的方面并在必要时随时调整学习目标和计划。

(三) 学习策略

不可否认, 相当数量的学生确实希望可以提高自身英语学习, 但是不知从何下手, 这时就需要教师教授或示范有效的学习策略, 例如针对想要改善发音, 提高英语口语水平的学生, 教师可推荐学生平时利用 shadow reading、dictation、dubbing 等方法不断练习; 针对词汇量较小的学生, 教师可鼓励学生增加精读和泛读的练习, 并注重平时的积累。在英语学习中, 大部分同学面临的最大的问题恐怕就是词汇记忆的困难。有的同学花了大量的时间背诵单词, 可是收效甚微; 还有的同学虽然背诵了很多单词, 可是无法做到灵活准确地使用这些词汇。这时候就需要教师给与词汇学习记忆的方法指导。例如采用词根词缀记忆法, 联想记忆法等等^[5], 还可以利用艾宾浩斯遗忘曲线, 掌握自己的遗忘和记忆规律, 及时地对背诵过的单词进行复习。

鼓励学生尝试不同的策略, 找到最适合自己的学习方式。

(四) 情绪调节

在整个学习中, 教师应引导学生意识到学习不是一蹴而就的事情, 需要相当多的时间和精力投入, 有时甚至不得不面对努力后收效甚微或成绩止步不前的情况。这时, 教师可以帮助学生加强情绪管理能力, 帮助他们识别和调节学习中的负面情绪。例如, 可以通过课堂活动、讨论或心理辅导等方式, 提升学生的自信心和应对挫折的能力。长此以往, 学生会渐渐意识到自我调节水平较高的学生才会最终取得较好的学习效果^[6]。

(五) 提供反馈

在学习过程中, 教师还应及时给予学生反馈, 帮助他们了解自己的优缺点。教师的反馈应该及时而具体。例如在“听力口语提高群”中, 当学生完成了当天的语音诵读打卡后, 教师应该尽快提供反馈, 指出学生发音上需要改进的地方, 并提供改进的建议, 帮助学生及时地修正错误, 纠正发音。这种及时而具体的反馈可以帮助学生清晰地看到自己的进步和需要改进的地方。在提供反馈的过程中, 教师还可以鼓励学生反思自己的学习过程, 如果在实施计划的过程中遇到困难, 可以和教师或同学探讨解决方案, 及时反思和调整自己之前制定的学习目标和策略。每个学生的性格不同, 所以在提供反馈的过程中, 教师应该注意反馈的方式方法, 关注每个学生对反馈的接受程度, 尽量避免负面的评价打击学生的自信心。总之, 如果教师能有效地利用自我调节学习理论采用恰当的方法提供反馈, 将能鼓励学生积极的学习态度, 从而帮助学生有效地提高语言的综合能力。

三、社交媒体驱动下基于自我调节理论的大学生英语教学模式中教师角色的转变

社交媒体驱动下基于自我调节理论的大学生英语教学模式对教师的要求是比较高的。在利用自我调节学习理论的大学生英语教学中, 教师不再是传统意义上的知识传授者, 而是学习的引导者和支持者。一方面教师需要在众多的社交媒体中做筛选, 从而可以借助社交媒体创造互动学习环境, 鼓励学生参与讨论和交流, 促进其自我调节学习能力的发展。教师需要利用社交媒体指导学生对海量信息进行筛选和整合, 同时教师可以提供自我评估工具, 如学习日志或进度表, 帮助学生监控自己的学习状态; 另一方面, 在学习策略方面, 教师可以利用社交媒体分别组建“每日积累素材组”“听力口语提高组”等微信群分别为英语已经达到较好水平, 但需要不断积累输出素材的学生和听力口语较薄弱的学生提供额外的学习资源和练习, 同时可以针对不同学生英语学习中遇到的各种问题提供指导, 帮助学生根据自己的节奏进行学习, 自我调节。此外教师还可以鼓励学生们利用微信群分享各自在社交媒体中搜索到的高质量学习资料, 从而达到资源共享。在这种学习模式下, 学生不再是被动的学习者, 而是可以认识到自身的优势和需要, 从而通过日复一日的反复练习得到自身英语水平的提高。在整个教学模式中, 教师的角色不可或缺, 当学生在学习中遇到瓶颈时, 教师要及时给与指导和鼓励, 从而让学生在一种教学模式下更顺利而自信地找到学习的成就感。

四、社交媒体驱动下的教学模式面临的问题

不可否认, 社交媒体的广泛使用为教学提供了大量可供使用的资源。但网络上的信息良莠不齐, 难免会存在网络安全隐患, 例如网络诈骗或者个人信息的泄露。此外, 网络上的信息, 包括无处不在的五花八门的广告, 学生很可能在浏览网页的过程中被大量无关的信息干扰, 浪费大量的时间却无法快速又精准地定位和筛选到高质量的学习资源, 从而影响学习效果。所以正如前文中指出的, 作为教师, 应该帮助学生提前筛选并引导学生如何辨别权威, 可靠的学习资源此外, 无论是教师还是学生, 在社交媒体上筛选有用的学习资料时要注意保护版权。避免非法传播和复制他人的成果。

还有一点值得引起教师的关注: 学生有共性也有个性, 有的学生学习自主性较差, 可能无法不具备自我调节学习的能力, 从而也就无法有效地利用社交媒体进行高效学习。针对这类学生, 教师应加大关注度, 通过灵活新颖的教学活动吸引学生, 在制定学习目标, 调整学习策略和进行自我评估方面给与有效的指导。从而提高学生的自我调节学习能力。

教师在社交媒体驱动下的教学中扮演着无可或缺的角色, 除了要关注学生的学习效果, 还要

及时地纠正学生在学习中出现各种问题, 适时地干预和引导。

五、结语

虽然现在各个大学在扩招, 大学英语的班级容量也在增加, 这无疑给有效开展大学英语教学增加了难度。常言道“授之以鱼不如授之以渔”, 作为英语教师, 首要的任务不仅仅是传授知识, 更多的是善于引导学生成为具有自我调节能力的学习者, 这就要求英语教师在学习过程中指导学生灵活地利用自我调节学习策略来帮助自己做好学习和规划, 并根据学习进度不断调整。社交媒体驱动的自主学习策略, 通过结合自我调节理论, 不仅能提高学生的英语水平, 还能够培养他们的自主学习能力、团队合作精神以及批判性思维。这样的教学模式适应了现代教育的发展趋势, 也为学生的终身学习奠定了良好的基础。

正如 Paul R. Pintrich 在他的文章中指出, 有的学生可能会通过他们的自我效能信念获得动力并维持动力, 而另一些学生则可能是因为他们们的目标、个人兴趣、价值信念或激励、支持和指导他们行为的环境因素而努力、坚持和取得成就^[7]。社交媒体驱动的自主学习策略为大学英语教学提供了新的视角和实践路径, 再结合自我调节理论, 这种崭新的教学模式将有助于提升学生的学习积极性和自主性, 培养他们的终身学习能力。在具体实施过程中, 对教师的要求比较高, 教师需要合理设计教学活动, 并关注学生的个体差异, 确保每位学生都能充分利用社交媒体实现有效学习。

参考文献:

- [1] 张晶晶. 基于社交媒体的大学英语教学模式构建及应用探究[J]. 新闻研究导刊, 2023 (13): 152-153.
- [2] 于莹. 微课和慕课背景下大学英语教学模式研究[J]. 考试与评价(大学英语教教版), 2019 (5): 121-123.
- [3] Zimmerman B J, Schunk D H. Self-regulated learning and academic achievement: Theoretical perspectives [M]. Lawrence Erlbaum Associates Publishers: Mahwah, 2001: 1.
- [4] Ahmet Erdost Yastibas, Gülsah Cinar Yastibas. The Use of E-portfolio-based Assessment to Develop Students' Self-regulated Learning in English Language Teaching [J]. Procedia-Social and Behavioral Sciences 2015, 176: 3-13.
- [5] 白毅鸿. 自我调节学习理论视域下的体育院校大学英语教学研究[J]. 才智, 2019: 83.
- [6] 谢贤春, 简丽英. 网络环境下大学英语学习的自我调节策略[J]. 海外英语, 2011: 155-156.
- [7] Paul R. Pintrich. A Motivational Science Perspective on the Role of Student Motivation in Learning and Teaching Contexts [J]. Journal of Educational Psychology, 2003, 667.