

自我决定理论视域下小学生学习动机激发与维持策略

英启鑫 杨军燕 刘春志

临沂大学，临沂

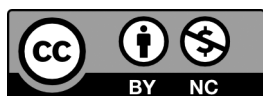
摘要 | 学习动机是学习行为的动力来源，它影响学习的效果和效率。小学生外部学习动机占主导地位，呈现出从外部动机向内部动机转化的趋势，并且具有长远意义的社会性动机开始形成。根据自我决定理论，基本心理需要的满足是促进外部学习动机内化的基础，学习任务的趣味性与内部学习动机相关，其子理论——有机整合理论则说明存在外部学习动机内化的可能。因此，激发和维持小学生的学习动机可以从信任学生以满足学生的基本心理需要、提升学习任务的趣味性以激发内部动机、激励学生以促进外部动机的内化等方面着手。

关键词 | 自我决定理论；认知评价；有机整合；内部动机；外部动机

Copyright © 2024 by author (s) and SciScan Publishing Limited

This article is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/).

<https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>



恩格斯指出：“就个别人说，他的行动的一切动力，都一定要通过他的头脑，一定要转变为他的愿望的动机，才能使他行动起来。”学习亦是如此，学习动机是学习情感问题的核心，是引发学习行为的原因，是维持学习行为的动力机制。小学生在学习过程中表现出的一些厌学行为，如有些学生看起来不屑于学习，有些学生则无法专注于学习，有些学生则对学习缺乏兴趣，其最直接的影响因素便是学习动机。当学生表现出对学习缺乏兴趣、不

愿学习时，就需要教师激发学生的学习动机，关注他们、相信他们、激励他们。

1 小学生学习动机的特点

1.1 外部动机占主导地位

在小学阶段，学生尚未充分认识到学习的价值与意义，尤其在小学低年级，学习行为往往是对他人行为的模仿，学习目的通常是完成教师或家长的要求，这就决定了在小学阶段外部动机占据重要地

基金项目：临沂大学大学生创新创业训练计划项目“小学教师数字化评价素养的结构及发展路径研究”（项目编号：518240109）。

通讯作者：刘春志，临沂大学副教授，研究方向：教育心理。

文章引用：英启鑫，杨军燕，刘春志. 自我决定理论视域下小学生学习动机激发与维持策略[J]. 教育研讨, 2024, 6(5): 1524-1530.

<https://doi.org/10.35534/es.0605212>

位。关于小学生动机结构的研究表明,小学阶段的学习动机主要包括回报动机、求知动机、交往趋利动机、利他动机、学业成就动机、生存动机、实用动机七类,其中回报动机、交往趋利动机、利他动机、生存动机、实用动机属于外部动机,求知动机及学业成就动机属于内部动机,总体而言,在小学阶段外部学习动机始终占据主导地位^[1]。

1.2 动机发展呈现由外而内的趋势

根据奥苏贝尔的学习动机理论,学校情境中小学生的学习动机包括认知内驱力、自我提高的内驱力和附属的内驱力三种。认知内驱力源于好奇,是一种渴望理解、掌握知识并解决问题的倾向;自我提高的内驱力是追求成就以获得地位与自尊的需要;附属内驱力是为了获得家长和教师的赞许或认可的需要。认知内驱力是一种内部动机,自我提高内驱力和附属内驱力是外部动机。这三种动机在小学生总体动机结构中的比例随着时间的推移而变化,在小学低年级附属内驱力占主导地位,随着年级升高,自我提高的内驱力和认知内驱力变得越来越重要^[2]。研究表明,随着年级升高,内部动机的重要性不断增加,内部学习动机处于不断发展的过程中^[3]。但是内部动机的发展不是均匀的,三、六年级的内部学习动机要强于四、五年级^[4]。

1.3 长远意义的社会性动机开始形成

在我国国情下,社会性动机在小学生的学习动机中占有重要地位,社会性动机来自家庭、学校和社会对学生的要求和期望^[5],是一种外部动机。这种要求和期望在小学低年级时是学生学习的主动动力之一。随着自我意识的发展,到小学中高年级,学生已经开始理解学习的社会意义以及学习与目标之间的关系,学习动力的来源开始转变。小学阶段是学生自我意识迅速发展的时期,一、二年级和五、六年级发展最快,并且随着抽象逻辑思维和辩证思维的发展,小学生的自我意识更为深刻^[6],他们对外部的依赖逐渐减弱,开始形成自己的行为准则,并以此来调节和控制自己的行为。到了小学高年级,学生开始认识到社会对自己的要求,并据此调整自己的学习行为,将学习与社会的需要相联系。研究表明,到小学六年级时自我实现动机已经成为一种独立的学习动机,这表明小学生具有长远社会意义的学习动机正在形成^[7]。

2 小学生学习动机的自我决定理论分析

根据动机的来源,自我决定理论将学习动机划分为内部动机和外部动机。内部动机与兴趣、需要满足等因素有关,外部动机是由外部因素引发的动机^[8]。自我决定理论的有机整合子理论提出,外部动机可以进行内化,而内化的关键在于学习环境能否满足学生的基本心理需要^[9]。

2.1 学习任务的趣味性与内部学习动机

小学生学习动机以外部动机为主,并且呈现出由外至内的特征,因此厘清内外部动机的关系至关重要。对于内外动机的关系,归因理论认为外部动机会降低内部动机^[10],行为理论则认为外部动机会提升内部动机^[11],而自我决定理论则认为外部动机是损害还是有益于内部动机要根据不同的情况分别对待:当外部动机威胁到学习者的基本心理需要时会损害内部学习动机,反之则会有益于内部学习动机。自我决定理论根据学习任务是否有兴趣区分内外部学习动机。学生感兴趣的任務容易引发学生的内部学习动机,无趣学习任务的学习动机大多由外在因素激发,是外部学习动机。在小学阶段,特别是小学低年级,学生尚不能完全认识到学习的价值与意义,学生学习的动力主要来自教师与家长的要求等外部因素,部分源自对学习任务的兴趣。因此,提升学习任务的趣味性是激发小学生内部学习动机的重要策略,它不仅适用于小学低年级,也适合小学高年级,因为对于有趣的事情,学生总是感兴趣的。

2.2 基本心理需要与影响学习动机的因素

小学生学习动机的变化主要受外部因素的影响,但外部因素不能直接作用于学生的学习行为,而是要通过内部因素起作用。自我决定理论的子理论——认知评价理论认为,人类有三种基本的心理需要:自主的需要、胜任的需要和归属的需要^[12]。自主的需要是指能够自主地选择任务、决定和掌控自己行为的需要;胜任的需要是指面对任务时有能力完成的需要;归属的需要是指个体能够保持与他人的联系,能够参与到集体中并受到关心的需要。由这三种心理需要引发的动机为内部动机^[8]。

由于小学生的自我意识尚处于发展阶段,其内部的学习动机容易受到外部因素的影响。认知评价理论系统地研究了外部因素对内部动机的影响。研究发现,如果用金钱作为外部奖励,会让个体产生控制感,降低学生的自主感,从而损害内部动机,其实任何实质性的奖励都会损害内部学习动机^[13]。除此之外,威胁、监督、评价、设置期限的作业都会降低内部学习动机,因为这些因素会损害学生自主的需要。如果用正向的语言反馈作为奖励时,会让个体产生自主感和能力感,满足了基本的心理需要,从而增强内部动机^[14]。研究表明,和谐的师生关系和同学关系由于能满足学生归属的需要,从而能有效地提高内部学习动机^[15]。因此,消除外部的影响因素,通过给予学生充分的信任、采用恰当的语言激励、构建和谐的学习氛围来满足小学生基本的心理需要,是维持内部学习动机的重要策略。

2.3 有机整合与外部动机的内化

自我决定理论的子理论——有机整合理论认为,学习动机不是内部动机与外部动机的简单二分,而是存在从外部动机到内部动机转化的连续过程。根据对活动规则和价值内化整合程度的不同,有机整合理论将动机分为无动机、外部动机和内部动机三类^[16]。无动机是指个体没有从事任务的意愿,感到行为的原

因与自己没有关系。无动机会使个体在执行任务的过程中感觉到没有意愿、不能自主和不能胜任。外部动机是指由外部需要产生的动机,有机整合理论把外部动机分为四类:外部调节、内摄调节、认同调节和整合调节,这四类动机的自我决定水平、价值与规则的内化程度依次递进。

在小学低年级学生尚不能完全认识到学习的价值和意义,所以此阶段的动机调节是外部调节,主要的调节手段是外部的奖赏和惩罚。但随着学生认识水平的发展,他们开始理解学习的意义,长远意义上的社会性动机开始形成。在这个过程中,学生外部动机的调节不应仍是简单的外部调节,而应逐渐向内部调节、认同调节和整合调节过渡。在外部动机内化的过程中,基本心理需要的满足起着重要作用。因此,满足小学生基本心理需要的手段,如语言奖励、构建和谐的学习氛围、教师的自主支持等,是实现外部动机内化的重要策略。

3 激发小学生学习动机的策略

根据上述基于自我决定理论的分析和小学生学习动机的特点,小学生学习动机的激发与维持可以从信任学生以满足内部心理需要、提高任务的趣味性以激发内部动机、激励学生促进外部学习动机的内化等方面着手,具体如图1所示。

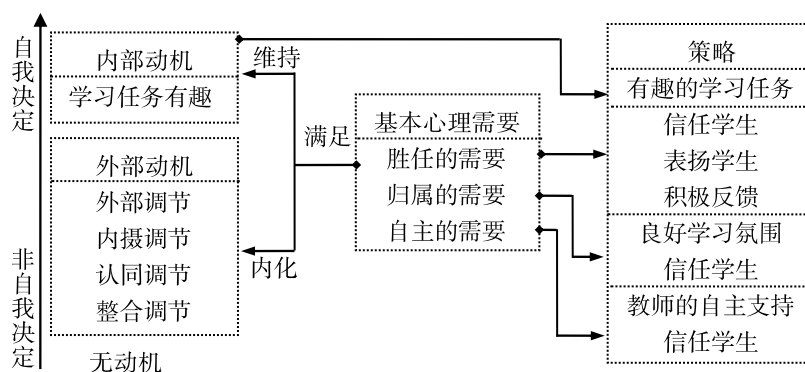


图1 学习动机的激发与维持策略

Figure 1 Strategies for stimulating and sustaining learning motivation

3.1 提升学习的趣味性以激发内部学习动机

在小学阶段,外部学习动机占据主导地位,但随着年级升高,内部学习动机变得越来越重要。内部学习动机使学生的学习直指学习任务本身,由内

部学习动机激发的学习行为更为持久、坚韧,也更有利于学生创造性的培养。根据自我决定理论,有趣的学习任务能够激发学生的内部学习兴趣。学生的学习兴趣始于学生与学习环境的交互^[17],教

师、同学、学习内容、教学方法、教学媒体等构成了学生学习的环境,提高学习的趣味性可以从以下方面入手。

3.1.1 构建和谐的师生、生生关系

和谐的师生关系、生生关系是激发学生学习兴趣的基础。小学生与教师、同学的关系构成了学校人际关系的主体。在小学低年级,教师主导师生关系,教师享有权威,是学习的管理者,学生仰慕教师的学识,处于服从地位,学生的学习动力主要源于教师的影响。因此,在此阶段,教师幽默的语言以及对学生的关注、表扬、信任等行为,能让学生充满自信地迎接学习挑战,使学生将更多的注意力投注到学习任务上。即便学生最初的兴趣点不在学习任务上,但随着学习的推进,学生慢慢会喜欢上学习,再加上教师积极的反馈,学生的内部学习动机逐渐增强。

到了小学高年级,随着自我意识的发展,学生对自己的认识更为深刻,能够意识到自己的长处和兴趣,他们会偏爱某些课程和教师。因此,在此阶段,和谐的师生关系更为重要,教师要建立平等的师生关系,让学生感受到教师对自己真诚的关爱和尊重,只有这样才能让学生敞开心扉,接纳教师对自己的学习要求,并且在学习过程中喜欢上教师和喜欢上学习本身,从而建立对学习任务的兴趣。

在学校中,小学生交流最多的是自己的同学,有些同学会因为各种原因成为亲密的朋友,从而形成一些非正式团体。教师要善于引导这些非正式团体,借助同学间亲密关系的相互影响将兴趣引导到学习上来,逐步建立对学习的兴趣。

3.1.2 增强学习任务的吸引力

教学内容设计、教学方法选择和教学媒体使用的有机搭配,是增强学习任务吸引力、提升学习兴趣的重要手段。有趣的教学内容固然能够引发学生的学习兴趣,但并非所有教学内容都是有趣的,这时教师需精心进行教学设计,将无法吸引学生兴趣的教学内容用新颖的教学方法展现出来,并通过适当的教学媒体予以呈现。

教学方法是为实现特定教学目的而设计的一组师生相互作用的活动^[18],在活动过程中可以通过多种手段提升学习的趣味性。可以根据不同的教学内容选择不同的教学活动,对于学生在日常生活中经常遇到的,有切身体会的教学内容,可以采用角

色扮演活动。例如,在小学语文和英语的教学中,教师可以将教学内容改编成故事的形式,然后分组,让小组设计与本小组教学内容对应的角色并进行角色扮演。通过角色扮演,学生不仅能深刻理解知识,还能由于参与其中提升教学任务的趣味性;对于科学性的内容,可以采用科学探究活动,小学生对未知事物总是充满好奇心,如果采用讲授与记忆的教学方法,学生会感到枯燥乏味,如果采用探究性的教学方法,学生的学习积极性就会被调动起来;对于操作性的内容可以采用设计活动,如在小学信息技术的教学中,教师可以设计项目驱动式教学活动来提升学生学习的趣味性;对于相对简单的教学内容,若时间充足,可以采用游戏教学活动,通过游戏活跃课堂氛围,增进师生、生生交流,调动学生的学习热情。

教学媒体是教学内容的载体,是教学信息传递的通道,是教学系统的组成部分之一。教学媒体能够突破时空的限制,使教学内容直观化,并且可以通过动画、视频、图片等多媒体手段表达教学内容,从而提升学生的学习兴趣。对于时间和空间跨度大的教学内容,采用传统讲授的教学方法,教师难以表达清楚、明确,学生理解难度较大,而采用教学媒体的形式则可以再现历史事件,呈现给学生平时难以观察到的微观世界和宏观世界,可以具象化抽象的概念,营造故事情景与氛围。运用教学媒体生动形象地呈现教学内容,能够迅速吸引学生的注意力,引发学生的好奇心,增强学习任务的趣味性。

3.2 信任学生以满足基本心理需要

满足小学生基本心理需要的策略有很多,如营造学习氛围、提供学习支持、分步教学等,这些策略实施的心理基础是教师对学生的信任。教师对学生的信任会使学生有更多机会安排和决定自己的学习活动,有更多的可能完成学习任务,有更强的意愿参与到班级集体中来,从而满足学生自主的需要、胜任的需要和归属的需要。如果教师不相信学生能够完成学习任务,学生可能真的无法完成。所以,我们不应先入为主地假设学生不行,而要相信学生他们能行。

3.2.1 教师需要信任学生

当教师分析学生时,会自然地对他们进行分

类,并为他们贴上标签。有些学生反应敏捷,有些学生具有创造力,有些学生不遵守纪律,有些学生学习态度有问题,有些学生无论如何努力学习成绩都难以提高,等等。对学生进行分类并贴上标签是大多数教师的做法,但是如果教师希望每一个学生都能在学业上取得成功,就必须把这些标签抛弃,并给予每个学生充分的信任。教师必须相信,即使是那些记不住家庭作业的学生,也能够认真地学习;那些成绩排在后面的学生,也能够迎头赶上并最终取得优异的成绩;那些看起来学习态度不端正的学生最终也能够成为教师的骄傲。而这一切都建立在信任学生的基础之上。

3.2.2 为什么教师必须相信学生

对学生给予充分的信任,说起来容易做起来难。教师能不能毫无保留地相信自己的学生呢?有时,对学生不断出现的问题和学习上的毫无进展使得教师不得不这样想:我应该相信他们吗?当怀疑自己的学生时,实际上就是在认为学生无药可救,他们也就这样了。因为不相信他们,认为学生只有这个水平了,当这种想法出现并表现出来时,这些学生就不可能去挑战自我、取得进步了。换句话说,当教师相信学生的能力,相信学生经过一段时间的努力,一年或二年甚至更久,必然会取得进步时,受到教师感染的学生也会对学习充满信心,再通过教师精心设计和安排的由简到繁、由易到难一次次学习任务的完成,学生能体验到成功的喜悦,从而充分地满足学生胜任的需要。对学生的信任使教师平等地对待他们,这种相处方式能够营造和谐的师生、生生关系氛围,使每个学生都感觉自己是班集体的一员,从而最大限度地满足学生归属的需要。对学生的信任会促使教师自觉地调整自己的角色,从教学的主导者、权威转变为学生学习的组织者、帮助者和促进者,会让教师给予学生更多自主学习的机会,并提供自主学习支持,从而满足学生自主的需要。基本需要的满足最终必然会激励学生在学习上表现出与以往不同的状态。

3.2.3 学生的成长需要时间

对学生给予充分信任有时对教师来说较为困难,但问题的关键是学生的成长需要时间。在教学过程中,教师可能会觉得一些学生没有任何的进步,自己一个月的努力、两个月的努力,甚至一年

的努力都付诸东流。但是,很有可能就在下一个月或者下一年,教师就会感受到他们巨大的进步。对于学生微小的进步,我们可能察觉不到,但与其他教师交流时,他们可能会给出让你欣慰的看法。学生的成长需要时间,但缺乏耐心常常使教师在看到结果之前就放弃了。

所以,即使我们很难相信学生时,也不要放弃他。我们要牢记成长是一个过程,需要时间,我们要对学生的潜力给予充分的信任。想想学生在一两年后会发展到何种程度,想想他们成年以后会取得什么成就,坚持用发展的眼光看待学生,相信他们以后的成就,并以此来指导我们与学生的互动。用发展的眼光看待学生,用信任感化学生,学生在学习过程中就会表现出更强的自主性和对学习的兴趣,从而充分满足学生基本心理需要,进而能够稳定、长期且有效地调动学生的学习动机,并促进学习动机的内化,促进长远意义上的社会性动机的发展。

3.3 激励学生以促进外部动机的内化

对学生的激励措施,如口头表扬、清晰积极的反馈等,会使学生产生胜任感、归属感,这些基本心理需要的满足能够有效地促进外部动机的内化。

3.3.1 激励学生要兼顾个体与整体

学生的学习毕竟是在一个班级中集体进行的,教师在进行激励、激发学习动机时,要注意激励所针对的对象,是针对个别学生还是整个班集体。针对班集体进行激励时,要着重说明整体在某一方面的表现,激励的对象是整个班集体,让每个学生都产生被激励的感觉,从而产生集体的荣誉感和归属感。在对个别学生进行激励时,针对的是个体的进步,即便进步是微小的,教师的激励也要让学生感受到教师对他的关注和重视,感受到教师对他是有期待的。这种关注和期待会激励学生,克服学生的畏难心理,让他们重拾信心,满足其胜任的需要。在鼓励个别学生时,如果使用了比较性的激励语言,一定要注意激励的情境,这些语言只适合个别学生一个人听到,若让其他学生听到,可能会对他们的学习积极性产生影响。

3.3.2 激励学生要注意学生的差异

小学生的家庭背景、个性特点、学习基础等方面存在差异,在激励学生时要关注到这些不同,才

能使激励具有针对性。从年级上看,小学低年级的学生适合公开表扬,而对于高年级的学生而言,公开表扬可能会让其感到尴尬,会让他处于被同学议论和孤立的境地,不利于归属需要的满足。这时教师要改变激励的方法,如当有其他同学在场时,可以采用暗示的方法。从性格上看,有的学生性格较为外向张扬,喜欢公开的激励,而有些学生较为内向害羞,不太愿意在公开场合被表扬。根据性格的不同,教师进行激励时可以采用私下与公开相结合的方式。从学习基础看,有些学生的学习基础较差,不相信自己的学习能力,缺乏信心,教师对他们要有耐心,要看到他们的优点和进步,要及时进行激励强化。有些学生学习基础较好,学习成绩优异,可能受到教师的关注和表扬较多,这时教师的激励要把握好度,不要让他们自信变成自负。还有一些学生学习基础一般,这些学生在班级里占多数,但是由于他们的平平无奇往往容易被教师忽略和遗忘,对于这些学生,教师的激励要客观公正,既要看到他们的优点,也要看到他们的不足,鼓励他们更进一步。

随着小学生自我意识的发展,其学习动机呈现出由外到内的特征。在这个过程中,学习任务的趣味性、教师的信任和激励是促进学习价值内化和提高学习自主性的重要手段,在学习动机的激发和发展过程中起着重要的作用。

参考文献

- [1] 张敏,雷开春,王振勇. 4~6年级小学生学习动机的结构分析[J]. 心理科学, 2005(1): 183-185, 177.
- [2] 姚本先. 儿童发展与教育心理学[M]. 合肥: 安徽大学出版社, 2002: 72.
- [3] 朱晓红. 儿童学习动机类型与创造力倾向关系的研究[J]. 南京师大学报(社会科学版), 2001(6): 90-95.
- [4] 李新. 小学生师生关系对于学习动机与学业拖延的影响研究[D]. 南京: 南京师范大学, 2015.
- [5] 张旭东, 阚立兴, 杨艳蕾. 小学生心理与健康[M]. 北京: 中国华侨出版社, 1996: 180.
- [6] 郭黎岩. 小学生心理健康教育[M]. 沈阳: 辽宁师范大学出版社, 2004: 56.
- [7] 张敏, 雷开春, 王振勇. 4~6年级小学生学习动机的结构分析[J]. 心理科学, 2005(1): 183-185, 177.
- [8] Ryan R M, Deci E L. Intrinsic and Extrinsic Motivations: Classic Definitions and New Directions[J]. Contemporary Educational Psychology, 2000, 25(1): 54-67.
- [9] 赖丹凤, 伍新春. 基于自我决定理论的教师激励风格研究述评[J]. 心理科学进展, 2011, 19(4): 580-588.
- [10] Lepper M R, Greene D, Nisbett R E. Undermining children's intrinsic interest with extrinsic reward: A test of the "overjustification" hypothesis[J]. Journal of Personality and Social Psychology, 1973, 28(1): 129-137.
- [11] Eisenberger R, Armeli S. Can salient reward increase creative performance without reducing intrinsic creative interest? [J]. Journal of Personality and Social Psychology, 1997, 72(3): 652-663.
- [12] Harter, Susan. Effectance Motivation Reconsidered Toward a Developmental Model[J]. Human Development, 1978, 21(1): 34-64.
- [13] Hang S H, Hall V C. The overjustification effect: A meta-analysis[J]. Applied Cognitive Psychology, 2010, 9(5): 365-404.
- [14] Deci E L. Effects of Externally Mediated Rewards on Intrinsic Motivation[J]. Journal of Personality and Social Psychology, 1971, 18(1): 105-115.
- [15] Wentzel K R, Wigfield A. Academic and Social Motivational Influences on Students' Academic Performance[J]. Educational Psychology Review, 1998, 10(2): 155-175.
- [16] Deci E L, Ryan R M. Self-Determination Theory: A Macrotheory of Human Motivation, Development and Health[J]. Canadian

- Psychology/Psychologie Canadienne, 2008, 49 (3): 182-185.
- [17] Krapp A. Interest, motivation and learning: An educational-psychological perspective [J]. European Journal of Psychology of Education, 1999, 14 (1): 23-40.
- [18] 王策三. 教学论稿 [M]. 北京: 人民教育出版社, 1985: 244.

Strategies for Stimulating and Sustaining Elementary Students' Learning Motivation from the Perspective of Self-Determination Theory

Ying Qixin Yang Junyan Liu Chunzhi

Linyi University, Linyi

Abstract: Certainly, the following is a refined version of the text, enhancing its academic tone and clarity: Motivation to learn is a pivotal force that underpins educational engagement and has a substantial impact on the outcomes and productivity of the learning experience. In the context of elementary education, extrinsic motivation tends to be the prevailing force, although a discernible trajectory toward intrinsic motivation is evident. This developmental shift is characterized by the advent of long-standing and socially focused motivational elements. Consistent with Self-Determination Theory, satisfying the fundamental psychological needs of learners is essential for the transformation of extrinsic motivation into an intrinsic one. Moreover, the degree of interest inherent in educational activities is inextricably linked to the cultivation of intrinsic motivation. The Organismic Integration Theory, an ancillary framework within Self-Determination Theory, elucidates the potential for the internalization of extrinsic motivational incentives. Therefore, interventions designed to stimulate and sustain the motivation of elementary students should focus on cultivating an atmosphere of trust that caters to their core psychological needs, intensifying the appeal and interest of learning tasks to ignite intrinsic motivation, and facilitating the conversion of extrinsic to intrinsic motivational orientations.

Key words: Self-Determination theory; Cognitive evaluation; Organismic integration; Intrinsic motivation; Extrinsic motivation