

英语听力教学与自主学习

English listening teaching and its self-access

江西遂川正人中学 罗发辉

摘要:

听力的获得必须依靠大量的自主训练。建构主义和元认知理论为听力自主学习提供坚实的理论基础。正确而有效的训练策略是听力能力形成的有力保证。因此,本文先阐述建构主义和元认知两大理论依据,然后提出语音听辨训练,精听训练,泛听训练,无意识听力训练四个策略,最后要学习者在平时训练时注意了解和掌握必要的英美文化背景知识,同时也要丰富听的语言环境。这样,学习者才能事半功倍,获得高超的听力水平。

Abstract:

It is by doing more listening autonomously that learners can have a high level of listening. Constructivism and meta-cognition are the basic theoretic places of self-access in listening. Also, it is dispensable for learners to practice listening with effective strategies. Thus, in this essay, and the author provides learners with two theories: Constructivism and meta-cognition. It also provides with four strategies: the training of pronunciation distinguishing; the training of intensive listening; the training of extensive listening; the training of unconsciousness listening. In the end the author asks learners to be well informed with some culture knowledge of British and America. Besides, learners should be abundant of language experience. By those means learners can yield twice the result with half the effort in obtaining a high level of listening

关键词:英语;自主学习;建构主义;元认知;听力学习;

在英语的五项技能听、说、读、写、译中听力在英语学习中的地位是十分重要的。据美国保尔金教授统计:“听”占人们日常言语活动的45%，“说”占30%，“读”占16%，“写”仅占到9%，而“译”的要求则更少。由此可见，加强听力教学，提高听力水平，是英语学习成功的关键。

然而，在我们的英语课堂上学习听力的时间是非常有限的。要想达到很强的听力水平，我们必须课内与课外相结合，以高效的方法进行大量自主训练。本文拟从自主学习理论，建构主义理论及元认知三方面来探讨在实际的教学中如何开展听力自主学习。

一. 建构主义

1. 建构主义理论

建构主义(Constructivism)又称作结构主义,是认知理论的一个分支,是学习理论中行为主义发展到认知主义以后的进一步发展。该理论最早由认知发展理论领域最有影响的瑞士著名心理学家皮亚杰(Piaget,1960)于20世纪60年代提出的。皮亚杰在应用内因和外因相互作用的观点研究儿童的认知发展后认为,儿童是在与周围环境相互作用的过程中,逐步建构起关于外部世界的认识,从而使自身认知结构得到发展。他提出,儿童的认知结构即图式(schema)是通过同化(assimilation)和顺应(accommodation)两个基本过程逐步建构起来,并在“平衡—不平衡—新的平衡”的无限循环中不断地丰富、提高和发展。

建构主义认为,学习是一个信息建构的过程,是信息认知加工的过程,是学习者主动地建构内部心理表征的过程。这个过程要通过学习者主动建构活动才能实现。也就是说,学

习者在学习活动中应有积极的作用。学习者以自己的方式建构对事物的理解,从而不同的人看到事物的不同方面,不存在唯一标准的理解。学生并不是被动接受或复制教师传授的知识,而是自己尽力确定新信息的意义或将其与旧信息联系起来,从而主动定位和深化意义。因此学习者对知识的建构是知识增长,是新旧知识的相互作用。它强调个体在学习过程中的主体作用,即强调学习过程的主观能动性和建构性。

2. 建构主义理论下的自主原则

1) 正确定位师生关系

建构主义理论认为:学习是学习者在一定的社会情景下借助他人的帮助,即通过人际协作、言语讨论等活动而实现意义建构的过程。学生是学习信息加工的主体,是意义建构的主动者。教师是意义建构的帮助者、促进者、知识的导航者(knowledge-navigator),而不是知识的传授与灌输者。“以教师为中心”的传统模式须让位于“以学生为中心”的新模式。在进行语言课堂互动活动时,我们必须切记这一原则。我们倡导“以学生为中心”,并不是排斥教师主导,只是教师主导作用体现在帮助学生主体上。学生一旦实现了意义的建构,也就达到了教学目标。

2) 强调任务型活动

所谓“任务”即“活动”,是指人们在学习、理解、体会语言之中开展的一系列活动。而“任务型教学”就是设定一系列任务,让学生在完成任务的过程中,进行语言习得(张丽,2004:125)。该教学方式是基于完成交际任务的一种语言教学方法,以计划和操作为中心内容。它通过师生共同完成语言教学任务,使外语学习者自然地习得语言,促进外语学习的进步。其核心是“以学习者为中心”和“以人为本”。建构主义的学习理论认为:人的认知是与经验共同发展的,知识是经验的重组与重新构建,所以有时也被称为“实例式教学”或“基于问题的教学”(张建伟,1996:75—82)。这种教学模式要求建立在有趣、有感染力的真实事件或真实问题的基础之上,教学应该帮助学生在完整的真实情境中确认学习目标,进行学生自主学习与合作学习(cooperative learning)。

3) 高级学习策略

斯皮罗等人把学习分为初级学习和高级学习。初级学习是学习中的初级阶段,学生只需要掌握一系列概念和事实,并在相同情境中再现这些概念和事实;高级学习要求学生掌握概念的复杂性,并能广泛灵活地应用到具体的情境中。建构主义寻求适合于高级学习策略,即学习者可以随意通过不同途径、不同方式进入相同教学内容的学习,从而获得对同一事物或同一问题的多方面的认识和理解。其教学过程主要包括以下几个环节:呈现基本情境、随机进入学习、思维发展训练、小组协作学习、学习效果评价(何克抗,1999:77—78)。建构主义的教学模式尽管有多种不同的形式,但又有其共性,即他们的教学环节中都包含有情境创设、协作学习,并在此基础上由学习者自身最终完成对所学知识的意义建构。

二. 元认知

1. 元认知理论

元认知(meta-cognition)这一概念是由美国儿童心理学家 J.H. Flavell(1979)提出的。它是指个体对自身认知过程的知识意识,也可称为检验,调整和评价个体思维的能力。元认知是任何以认知过程和结果为对象的知识或者是任何调节认知过程的认识活动。即关于认知的认知,关于思维的思维,其实质是个体对认知过程的自我意识,自我控制和自我调节。

(Flavell 1979)任何调节认知过程的认识活动是认知主体对自身的心理状态,能力,任务目标,认知策略等方面的认知,并对自身各种活动进行计划,监控和调节。(Kluwe 1982)元认知是明确而专门指向个体自己认知活动和积极反思认知加工过程。(Brown 1987)元认

知是任何以知识过程和结果为对象的知识, 是任何调节认知过程的认知活动。兰昌勤和曾洁(2004)证明了元认知在外语自主学习中的重要作用, 并分析出元认知包含自我效能, 执行功能与自主学习培养因素吻合, 是培养学习者自主学习的关键因素。

2. 元认知与听力理解

元认知(meta-cognition)主要包含三方面的内容:元认知知识、元认知体验和元认知监控。心理学家认为,在这三方面中,元认知监控是最重要的,其过程就是主体在进行认知活动的全过程中有意识地选择有效认知策略,并对自己正在进行的认知活动加以自觉地监控和调节的过程。它包括制定计划(认知策略的选择和资源分配)、实际控制(个体在认知活动进行的实际过程中及时评价,发现不足,及时修正、调整认知策略)、评价结果(个体对自己的认知活动结果进行评估)和矫治(根据检查结果,采取补救措施)。元认知理论的出现使人们了解到,学习并不仅仅是对所学材料的识别、加工和理解的认知过程,同时是对认知过程积极地监控、调节的元认知过程。在语言学习的4种活动中,听力理解与阅读理解被称为是接受性活动(receptive activity),在其理解过程中,学习者无法像“说”或“写”那样,回避自己不熟悉的语言形式和内容,也就是,学习者无法控制将要听到或看到的语言形式、语言内容。从这个意义上讲,“听”或“读”并不比“说”或“写”容易。而听力理解又受到时间的限制,听不懂,就无法像阅读那样可以来回多读几遍,可以在理解过程中停顿,加以思考。故听力理解是一项复杂的、参与性极强的艰苦脑力活动。在整个理解过程中,必须要求听者能在极短的时间内识别不同的音素、短语、句子以及为表达不同的含义而采用的各种语调、句型等等,以理解说话者所要表达的真正意思。整个过程不仅要运用已掌握的语言知识,还要运用储存在大脑中的其他非语言知识,如:社会、文化、个人经历等等。心理语言学家的长期研究表明,人们在进行有效的听力理解过程中自觉不自觉地对所听内容进行了积极的预测、认知、筛选、调整和总结。而这一系列的心理加工过程运用到了借用上下文(contextualization)、推理(inference)、联想(elaboration)等认知策略,在进行听力理解之前,如果听者能根据不同的听力任务有意识地选择有效认知策略,并在听力理解的过程中对自己正在进行的认知活动加以自觉地监控,那么理解的效果就不同了。

三. 自主学习

当代西方人本主义心理学派的代表罗杰斯,于20世纪40年代提出了一种“以学生为中心教学理论(student-centered theory)及“非指导性”教学模式(nondirective teaching model)。杰斯认为,应当把学生从传统教学的“容纳器”中解放出来,真正赋予其“自我”以中心地位。教学活动应时刻考虑自我,因为作为完整的学习活动,是知和情的统一。在罗杰斯看来,传统的教学属于“指导性”教学,只注重理智发展,片面强调训练学生的认知能力而忽视知和情的统一,结果是导致了师生之间人际关系紧张和情感压抑,学生只能消极接受教师的讲解。这种填鸭式的“消极学习”(negative learning),一方面令学生学习动机低落又学用脱节,另一方面也造成学生知情分离及心智发展障碍。因此,罗杰斯强调指出,必须打破教师的绝对权威,而以学生(经验)为中心。于是,为“完整的人”进行一种有意义的学习或自主学习,就需要“非指导性”教学。这意味着教师需要打破学生的思维惰性或依赖,以达到启发其独立与创造,促成其自我指导的教学目的。受罗杰斯理论的启发,许多教育家和语言学家纷纷提出了自主学习的主张。现代学习理论家从学习动机、学习内容、学习方法、学习时间、学习过程、学习结果、学习环境、学习的社会性等8个维度来界定自主学习。一般来说,当学生在上述8个维度均能自己作选择或控制,就认为其学习是自主的。充分的自主学习具备如下特征:学习动机是内在的或自我激发的;学习内容是自我选择的;学习方法由自己选择并有效利用;学习时间由自己进行计划管理;学习过程能够实行自我监控;学习结果能够进行自我总结和评价,并

据此进行自我强化;主动组织有利于自己的学习环境;学习遇到困难时能够主动寻求他人的帮助。语言学家 Phil Benson 认为,自主学习是一种能力,是自己决定去做而不受他人的影响,或者说不是别人告诉你怎么你就怎么做的能力。他还指出,学习外语的目的是开阔眼界,注意力要集中到学习者身上,因为在这个信息万变的世界中他们需要使用这些语言。语言学家 Anita Wenden 也指出,很少有教师不赞成帮助学习者进一步提高自主学习的能力。作为教师应当重视培养学生获取知识的能力,培养学生的学习兴趣,调动学生的学习积极性,让学生掌握学习方法和思路。即让学生“会学”,而不是只让学生“学会”某点知识。外语语言教学是师生双边的活动,教师要想知道如何教,就必须了解如何学,学会启发诱导学生积极而不是消极地参与共同的教学活动。所以,教师应当成为教学组织者、引导者和磋商者,尽可能多地给学生锻炼和实践的机会,以培养他们独立分析和解决问题的能力。毫无疑问,对于学生而言,只有“会学”才能“学会”更多的知识,受益终身。“会学”显然比“学会”更重要。自主学习必须以一定的学习策略做保障,也就是自己要“会学”。学习策略大致可分为两类:一般的学习策略,适合于任何学科学习,包括设置学习目标、制订学习计划、管理学习时间、理解学习内容、评价学习结果、调控学习情绪等;具体的学习策略,适合于具体内容学习,包括作笔记、复述、背诵、划重点、列提纲、作小结等。国外心理学家经过长期研究,甄别出十余种有效的自主学习策略,分别是自我评价,组织和转换信息,设置目标和制订计划,寻求信息,记录和监控,组织环境,对学习结果进行自我奖惩,复述和记忆,寻求教师、同伴和其他人帮助,复习课本、笔记等。研究表明,善于自主学习的学生对这些策略的运用明显高于自主性差的学生。

四. 开展英语听力自主学习的必要性

长期以来深受传统教育思想与教学模式的影响,我国的英语教学强调知识的传授而忽视了学生的自主学习,把学生的发展只看作教育注入的结果。这不仅压抑了学生学习的主动性和积极性,还束缚了他们的自主性和创造性。那么,如何才能使英语教育转向培养学生的自主学习能力呢?必须改变传统的教学方法——语法翻译法(grammar-translation method)。这种方法只注重传授目标语的语法、词汇与句子结构,用双语标出词义叫学生背熟。这也许对阅读技巧的长进有帮助,却显然忽视了对口头表达能力和语音听力的训练。无论教师还是学生,所演的角色始终不变,即教师统治课堂,学生按教师的要求去做,学生难以主动开口形成活泼的课堂互动(the interaction classroom)。交际教学法(communucative approach)是对语法翻译法的一种反拨。它强调给学生提供用英语进行交际的机会,并将这类交际活动置于更大范围的语言教学中。近年来“学用英语”(learning to use English)成为交际教学法的主流。Breen 和 Candlin 指出,交际教学法的学习者角色应该是自我学习过程和学习目标之间的协商者(negotiator)。Breen 和 Candlin 还认为,教师在交际教学法中主要起两个作用:一是协调和强调所有学生相互之间以及所有学生与各种活动和篇章之间的交际过程;二是在教和学的小组活动中作为一个独立的参与者。交际教学法强调语言交际,认为学习语言就是学习交际,同时也考虑和关照学习者的需要和兴趣等个体因素,并以任务为基础的学习材料给自我学习提供了很好的物质基础。因此,可以说交际教学法为以学生为中心的教学得以实施和发展,为自主学习作出了贡献。自 20 世纪 90 年代以来,随着多媒体技术和因特网的迅速普及应用,一种新的以“学”为中心的教学设计正在国外兴起并推广开来。它的全部理论和方法都是围绕如何帮助学生“学”,即促进学生主动建构知识的意义而展开。在教学过程中处于中心位置的是学生而不是教师,教师应围着学生转。以“学”为中心的教学设计包括两部分:一是关于学习环境的设计,另一是关于自主学习策略的设计。学习环境设计是创造良好的外部条件来帮助和促进学生建构知识意义的过程,属于学习的外因。自主学习策略的设计则是要通过有效的教学来鼓励认知体即学习者,使他们在学中能更充分地发挥自身的主动性、积极性和创造性。

五. 英语听力自主训练的步骤与方法

自主听力训练应从培养基本能力入手,并通过实践操练掌握必要的技巧,然后逐步加大难度,从慢速渐渐过渡到正常语速,从而不断提高听力能力与水平。

1. 语音听辨训练 语言是由词、词组构成的,不同的词有不同的发音,有些词的发音非常相似,容易混淆,如不分清,将给听力理解带来较大困难。因此自主听力训练的第一步,也是十分重要的一步应是语音的听辨训练。训练中要注意纠正自己错误及不准确的发音,而且要注意元音、辅音的发音特点,了解各自的差异,并注意辨别以下内容。如:A、短元音与长元音的区别:fill-feel, full-fool。B、单元音与双元音的区别:fell-fail, sell-sail。C、短元音之间的区别:fin-fan, did-dead。D、辅音间的区别:tie-dye, vast-fast。E、掌握连读(liaison),一个音群中,如前一个词以辅音结尾,而后一个词以元音开头,这个辅音和元音可连起来读,即前一个词尾的辅音与后一个词的元音相拼,产生一个新的音节,称连读。如果前一个词以元音结尾,而且该元音所在的字母组合中含有字母 r,而后一词以元音开头,这时前面的元音可加上一个连接间[r],与后面的元音相拼。如:Is it raining outside? F、失去爆破(loss of poison),一个爆破音后紧跟另一爆破音或摩擦音、破擦音等时,前一个爆破音不发生爆破,即由发音器官做好发音姿势,稍作停顿随即发下一个音。如:that cup; that girl; Actions speak louder than words。G、重读与弱读(word stress and weak form),英语中的名词、主要动词、形容词、副词、指示代词、否定词需重读,而冠词、某些介词、代词、连词则需弱读。如:John had his hair cut.此句中的“his”。以上 ABCD 各项中的词在音或形上极易混淆,需要分清,而 EFC 各项也是听力理解的难点,需要掌握。除被动听录音外,自己还应主动地大声朗读,以提高对“音”的敏感性。

2. 精听训练 掌握了语音知识,就可以听日常生活对话、小故事和短文。此时应听懂每个句子,甚至每个词,做到准确无误。要有掌握所听材料的内容和细节,能重述所听内容。我们可把这种训练方法称为精听(intensive listening)通过精听训练,应培养自己辨别音、词的细微差别及辨认语调等能力。听时可边听边写,也可作口头重复,未听懂之处要反复听,直至听懂为止。不熟悉的词可根据上下文进行猜测,倘不奏效则可根据发音查词典,找出与之对应的可能拼法,然后再根据上下文情景确定是否符合上下文内容,从而找出正确的单词。

3. 泛听训练 有了一定的听力基础,就应过渡到泛听(extensive listening),即进行大量而广泛的听力训练。泛听与精听的不同之处在于:泛听不拘泥于每一个词,而是要抓住关键信息,提纲挈领,记住主要情节,了解主旨大意。其目的是培养记忆、联想、预测、逻辑推理、综合概括等能力。泛听材料信息量大,听时可能会顾此失彼,或被大量的信息搞得不知所措。因此抓关键信息十分重要。怎样抓关键信息呢?对于不同题材、体裁的听力材料,其注意的重点不同。对于对话、故事和叙述性材料应注意 5 个 WH: Who, What, When, Where, Why, How many(much)。对于讲话类材料应弄清主题思想、事情的前因后果及现状,人物的观点,解决问题的办法及问题的发展趋势等。弄清了以上内容,也就抓住了关键信息。即使是关键信息,光凭大脑记是记不得的,如何记住大量复杂的信息,一个很重要的有效手段便是记笔记(note-taking)。记笔记是我们应具备的一种能力,在听力训练中养成这种好习惯是十分重要和必要的。记什么呢?当然不是把每个单词都记下来,这在正常语速的情况下不仅不可能,而且无必要。我们应记下重要的关键词(key words),即载有最大信息量的词,如名词、动词数词、日期、人名或地名,而冠词、介词、连词、副词等虚词一般不需记。泛听的选材范围很广,可以是任何题材和体裁,尽力通过一切可能的途径大量接触各种听力材料,让自己深浸在“音”的海洋,亲身体验听的苦与乐。

4. 无意识听力训练 无意识听力训练不需要任何预定目的,也不需意志努力,不必高度集中注意力,而可以把注意力分配到其它事情上。也就是说我们可以一边干其它的事一边听。美国著名翻译理论家尤金·奈达在他的著作《学一外语国语(Learning a Foreign Language)》

的第三章“通过听来学习”中提出了“被动地听”,即“没有自觉努力的语音吸收”。他指出:“有一种很好的技巧是,一边刮胡子、吃饭、看晚报,甚至和孩子玩,一边放一种语音的录音。倒不一定老是用心。所有这些可能看起来相当可笑,但许多人正是以这种方式熟悉了一些音乐。甚至不用注意这些音乐,一个人就可以通过被动地听的过程完全熟悉甚至最复杂的调子。这种不费心就学会音乐的原理,也同样可以用到学习一门外语上去”。

六. 自主听力训练中应注意的问题

1. 了解、掌握必要的英美文化背景知识 语言是文化的载体,没有语言就没有文化,但语言又受文化影响,反映文化。因此语言与文化互相影响,互相作用。邓炎昌、刘润清两位教授其合著的《语言与文化》一书中指出:“学习一种外语不仅要掌握语音、词法、词汇和习语,而且还要知道操这种语文的人如何看待事物,如何观察世界,要了解他们如何用他们的语言来反映他们社会的思想、习惯、行为;要懂得他们的“心灵之语言”,即了解他们社会的文化。实际上是,学习语言与了解语言所反映的文化是分不开的。”因此,了解和掌握必要的英美文化背景知识是十分重要的。

2. 丰富听的语言环境,创造良好的学习氛围 学外语的最大障碍是缺乏语言环境。如果创造丰富的语言环境。为大脑提供充足的听力训练材料,是听力训练能否成功的先决条件。因此,我们应尽可能多地为自己创造听的机会:看英语电影、电视;听录音、收音机、讲座、演讲;参加 English Corner, English Party, English Contest;如可能,应常与 native speakers 交谈。总之,不要放过任何可能的机会,这样才能获得成功,因为 “There is a will, there is a way.” 当然,“All roads lead to Rome”。每个人应根据自己的实际情况采取适合自己的自主训练方法,但不管采取什么方法,都应注意一点:决不能三天打鱼,两天晒网,而应持之以恒,不懈努力。

参考资料:

- [1] Ellis·Understanding Second Language Acquisition[M]·Shanghai: Shanghai Foreign Languages Education Press, 1999·
- [2] Harmer·How to Teach English[M]·Beijing: Foreign Language Teaching and Research Press, 2000·
- [3] Mcdevitt. B. Learner. Autonomy and the Need for Learner training [J].Language Learning Journal, 1997, (9).
- [4] Holech. Autonomy and Foreign Language Learning [M]. Oxford: Pergamon, 1981.
- [5] Piaget, J. Intelligence and Affectivity: Their Relationship during Child Development [J].Palo Alto, California: Annual Reviews, 1981.
- [6] 桂诗春·心理语言学[M]·上海:上海外语教育出版社, 1990·
- [7] 庞维国.90 年代以来国外自主学习研究的若干进展
- [8] 靳玉乐.自主学习[M].四川出版集团.四川教育出版社,2005.
- [9] 何克抗.建构主义的教学模式教学方法与教学设计 [J].北京师范大学学报,1997.
- [10] 何克抗.建构主义——革新传统教学的理论基础[J/OL]. 教育技术通讯,2002/8.
- [11] 张建伟.从认知主义到建构主义[J].北京师范大学学报,1996/4.
- [12] 张丽.任务型教学在高中英语写作课的应用[J].宿州师专学报,2004/3.
- [13] 魏所康.主体教育论[M].河海大学出版社,1999.
- [14] 吴永军.新课程学习方式[M].南京师范大学出版社, 2005.
- [15] 袁金华.课堂教学论[M].江苏教育出版社,1997.