

DOI:10.3969/j.issn.1000-9760.2025.05.017

大学生自主学习研究现状及展望

徐梅扬¹ 综述 杨晨² 审校(¹ 济宁医学院口腔医学院, 济宁 272013; ² 济宁医学院教师发展中心, 济宁 272067)

摘要 自主学习能力的高低,不仅直接影响大学生在校期间的学习效率与成绩,更会对大学生毕业后职业规划、终生学习、能力提升产生较为长远影响。通过对大学生自主学习相关研究的历史进行深入了解,结合国外不同专业对大学生自主学习的研究成果,综合对大学生自主学习研究现状及进展做一综述。

关键词 大学生;自主学习;现状;展望

中图分类号:G642 **文献标识码**:B **文章编号**:1000-9760(2025)10-468-04

The current situation and prospect about the self-regulated learning of college students

XU Huiyang¹, YANG Chen²(¹ School of Stomatology, Jining Medical University, Jining 272013, China;² Teacher Development Center, Jining Medical University, Jining 272067, China)

Abstract: The level of self-regulated learning ability not only directly affects the learning efficiency and achievement of college students in school, but also has a long-term impact on the career planning, lifelong learning and ability improvement after graduation. By gaining an in-depth understanding of the history of research about college students' self-regulated learning, and combining research findings from various disciplines in foreign countries, this paper makes a systematic review of the research status and progress of college students' self-regulated learning.

Keywords: College students; Self-regulated learning; Current situation; Prospect

随着高等教育事业的蓬勃发展,国家、社会及用人单位均对高校毕业生的基础知识、专业能力、综合素养不断提出更高要求。自主学习作为高校素质教育的核心内容之一,不仅直接影响毕业生的培养质量和用人单位的评价,更关乎毕业生今后在职学习、职业发展等多方面的发展。因此,开展大学生自主学习研究现状研究,不仅可以较为全面掌握国外相关研究动向,更可为各高校开展教育教学改革,全面提升大学生自主学习能力提供相关资料参考和经验借鉴。

1 自主学习

1.1 概念

自主学习是学习者能够识别教师的教学目标,并通过

对自身的学习过程进行调整,对学习环境进行适应,对学习策略进行监控,最终达到较好学习效果的目的^[1]。学习者在确认自身学习目标的前提下,通过开展主动的、建构性的学习活动,进而达到学习目标的过程,这是一个由目标和情境特征引导和约束的认知、动机和行为^[2]。Michael认为自主学习是指学习者对学习过程进行自我控制的过程,其中不仅要求学习者具有高度的学习责任感和自我控制学习的能力,更可用学习目标的建立、学习方法的掌握及学习评价的实现3个指标来衡量是否达到最终的学习目标^[3]。Zimmerman认为自主学习应包含强调元认知、动机和行为等方面的自我调节策略的运用;强调自我定向的反馈循环过程;强调如何使用学习策略3方面的内容,并在此基础上,构建了自主学习研究的六维度框架(表1)^[4]。

1.2 自主学习与元认知策略

自主学习既不是一种心理能力,也不是一种学习技能,而是学习者从开始学习到达到既定目标所采取的一种策略,元认知策略在学习者自主学习的每个阶段都发挥着重要作用,教师通过在课堂上教授学习者元认知策略,可以有效帮助学习者培养及提升自主学习能力^[5]。自主学习内隐理论与学生的成就目标、学习策略、元认知知识的关系更为

[基金项目] 2021年济宁医学院大学生创新训练计划项目(cx2021151);2023年山东省教育科学“十四五规划”(2023ZC488)

[通信作者] 杨晨, E-mail: yangchen3616568@163.com

表 1 自主学习研究的六维度框架

科学的问题	心理建构	任务条件	自主性表现	自主过程
为什么学	动机	选择参与	内在的或自我激发的	自我目标、自我效能、价值观、归因等
怎么学	方法	选择方法	有计划的或自动化的	策略使用、放松等
何时学	时间	控制时限	定时而有效	时间计划和管理
学什么	结果	控制学习结果	对学习结果的自我意识	自我监控、自我判断、行为控制、意志等
在哪里学	环境	控制物质环境	对物质环境的敏感及随机应变	选择、组织学习环境
与谁一起学	社会性	控制社会环境	对物质社会的敏感及随机应变	选择榜样、自我帮助

密切,且特定的内隐理论对学生解释学习策略有重要作用^[6]。Chang 等^[7]研究发现,批判性思维与自主学习能力,是提升医学生学习效果的关键因素。在开展医学生课堂教学过程中,教育者采用以学习者为中心的教学方式(如 PBL 教学法)开展教学活动,不仅能够更好地促进医学生自主学习能力的提升,更能够提升医学生的元认知监控策略的发展^[8]。随着临床实习过程的深入,医学生能够对自身各项能力进行较为有效的调节,尤其是在自主学习、外在目标及元认知能力方面,提升效果更为明显^[9]。Limone 等^[10]通过开展大学生学习拖延与自主学习之间关系的研究,得出时间和元认知成分对大学生的最终学业成绩均起着重要作用,且男生比女生更容易因为时间管理技能和元认知策略不足而产生拖延的研究结论。Elfakki 等^[11]基于情感、元认知和行为操作等相关概念,对医学生自主学习情况进行调查,认为女性医学生在自主学习的自我调节方面优于男性医学生,二年级医学生自主学习能力低于五年级医学生。

2 大学生自主学习现状

2.1 大学生自主学习的总体情况

对大学生自主学习总体情况的研究,已从现象描述深入到对其内在动机、行为策略及外部干预机制的探讨,并形成了若干普遍共识。

学习动机与目标设定是驱动自主学习的核心引擎。动机与目标类型深刻影响自主学习的方向与质量^[12]。以掌握知识为目的的内在目标能对自主学习产生正面影响,而过度关注成绩等外在目标则可能产生负面效应^[2,13]。学生个人对学习目标的主动调节,是实现最终学习目标的关键^[14]。

学习策略的动态运用与元认知调控是保障学习效果的关键过程。自主学习并非固定不变,而是动态发展的过程^[15]。大学生的学习策略会随时间推移而变化,且多数学生在新学期伊始能表现出更高的学习效率^[16]。Butler 和 Winne^[17]构建的自主学习模型强调,在此过程中,认知策略与元认知策略的运用至关重要,并将反馈视为自我调节的核心环节,建议未来研究将反馈与自主学习紧密结合。

有效的教育干预与环境创设能够显著提升自主学习能力。外部支持对自主学习的启动与维持作用显著。通过设立挑战性目标、拓展学习内容、营造积极环境等方式,可以

有效培养学生的自主学习能力^[15]。针对性的指导、咨询以及及时的学习反馈,不仅能增强学生的学习动机,更能帮助他们成长为具有批判性和自主性的学习者^[18-19]。

综上所述,该领域研究形成一个核心共识:大学生自主学习能力的高低,直接决定其学习动机的强弱、学习策略的优劣及最终的学业成绩。这为从动机、策略和环境多维度干预,以提升大学生自主学习能力提供了坚实的理论依据。

2.2 影响大学生自主学习的因素

2.2.1 个人因素 个人因素在大学生自主学习过程中起着至关重要的作用。学生的自信心、对专业的享受程度等个人因素与自主学习的效果呈显著相关。自信心强的学生更有可能主动设定学习目标,积极寻求学习资源,并在面对困难时坚持不懈。同时,对所学专业的浓厚兴趣也是推动自主学习的重要动力,它能激发学生的学习热情,促使他们更加主动地参与到学习过程中,不断探索未知领域^[20]。学习成绩和学习目标等个人因素同样对大学生的自主学习效果有显著影响,学习成绩好的大学生往往具备更强的自我监控和自我判断能力,他其能够更准确地评估自己的学习状况,及时调整学习策略,从而提升学习效率^[21]。而明确的学习目标则能为大学生提供清晰的方向,帮助其保持学习的动力和专注度,避免在学习过程中迷失方向^[21]。

2.2.2 环境因素 环境因素同样对大学生自主学习产生重要影响。图书馆资源利用程度、家庭收入等环境因素与大学生自主学习的效果显著相关:丰富的图书馆资源为大学生提供了广阔的学习空间和丰富的学习材料,不仅有助于拓宽大学生的知识面,还能深化大学生对专业知识的理解,为自主学习提供有力的支持。而家庭收入水平则可能间接影响学生的学习条件和学习机会,如能否负担起参加培训课程或购买学习资料的费用,这些因素在一定程度上决定了学生能否获得优质的学习资源。此外,小组讨论等社会性环境因素也对自主学习有积极作用。通过小组讨论,学生可以与他人交流学习心得,分享学习资源,从而在相互启发中提升自主学习能力^[22]。学习资源(如在线教材、网络课程等)的充足程度也直接影响学生的自主学习效果。丰富的学习资源能够满足学生多样化的学习需求,促进他们更加主动地探索和学习,形成良性循环^[23]。

3 不同学科(专业)大学生自主学习的特点

大学生自主学习并非同质化的过程,而是深刻嵌入其所在学科的文化与认知范式之中。现有研究揭示了不同专业背景下自主学习的鲜明特征。

自主学习的目标与高阶思维紧密耦合。在医学、数学等专业中,自主学习的目标已超越知识获取,直接服务于学科核心能力的塑造^[24-26]。例如,在医学领域,自主学习与批判性思维、临床推理能力协同发展,是应对复杂病况的基础^[7-8];在数学领域,自主学习则被证实是培养创造性思维与问题解决技能的有效途径^[27]。

自主学习的策略具有鲜明的学科情境性。不同学科提供了独特的学习情境,从而催生了差异化的自主学习策略。医学生在临床实习和 PBL 课程等模拟真实工作场景的环境中,其元认知与自我调节能力得到最有效的锻炼^[9]。而理科生的自主学习则更侧重于为终身学习和科学探究构建一个稳固、可扩展的知识体系,强调学习的基础性与可持续性^[24-25]。

个人与环境因素的影响存在学科间差异。Yang 等^[26]针对医学生的研究,系统性地揭示了自信心、学习资源等一系列个人与环境因素与自主学习效果的复杂关联。Elfakki 等人的研究则进一步表明,诸如性别、年级等人口学变量对自主学习的影响模式,也可能因专业的特定学习文化而有所不同^[11]。

因此,对大学生自主学习能力的理解与培养,必须置于具体的学科语境中考量。识别这些学科特异性,是设计有效教学干预、真正实现因材施教的前提。

4 小结与展望

大学生自主学习能力的高低,不仅能够直接影响学习动机的强弱及学习策略的优劣,更能够直接决定最终的学习成绩。在今后的研究中,关于大学生自主学习领域仍有诸多关键问题有待进一步系统探索与深入研究:一方面,虽然现有研究普遍证实元认知策略对自主学习具有显著促进作用,但其作用路径仍存在问题,今后的研究应采用眼动追踪、脑电监测等神经认知技术,结合量化分析与质性访谈,系统考察元认知监控在不同学习阶段(如知识获取、巩固、迁移)的神经机制差异,同时针对不同学科特征(如医学的临床思维训练、工科的实践操作)开发差异化元认知干预方案。另一方面,当前有关个人与环境因素的研究多采用线性回归分析单独考察个体特征(如自我效能感、专业认同度)或环境因素(如图书馆资源、家庭社会经济地位)的影响,但二者如何通过“个体-环境适配”理论产生协同效应仍不明确,今后的研究应引入多层次分析模型,结合大数据学习分析技术,动态追踪学生不同学习场景(如课堂、实验室、在线平台)中的策略调整过程,揭示个体特质与环境资源匹配度对自主学习效果的调节作用。今后的研究应开展

跨校际、跨学科的准实验研究,系统比较不同教学模式在提升医学临床思维、工程实践创新能力等核心素养方面的效果差异,同时结合学习分析技术构建“教学模式-认知特征-学习成效”的预测模型,为教育教学改革提供精准决策支持。

利益冲突:所有作者均申明不存在利益冲突。

参考文献:

- [1] Dickinson L. Self-instruction in language learning [M]. Cambridge: Cambridge University Press, 1987: 45-56.
- [2] Pintrich PR. The role of the goal orientation in the self-regulated learning [M] // Boekaerts M, Pintrich PR, Zeidner M. Hand book of self-regulation. San Diego: Academic Press, 2000: 425-501.
- [3] Moore MG. Thirty years later; self-directed learning and distance education-in retrospect [J]. Int J E-Learn Dist Educ, 2016, 31 (2): 7-24.
- [4] Chan EA, Mak YW, Kor P, et al. Effectiveness of adaptive self-regulated learning in online learning courses for undergraduate nursing students-a mixed-methods study [J]. Nurse Educ Today, 2025, 148: 106636. DOI: 10.1016/j.nedt.2025.106636.
- [5] Zeng WY, Goh YX, Ponnamparuma G, et al. Promotion of self-regulated learning through internalization of critical thinking, assessment and reflection to empower learning (iCARE): a quasi-experimental study [J]. Nurse Educ Today, 2024, 142: 106339. DOI: 10.1016/j.nedt.2024.106339.
- [6] Hertel S, Karlen Y. Implicit theories of self-regulated learning: Interplay with students' achievement goals, learning strategies, and metacognition [J]. Br J Educ Psychol, 2021, 91 (3): 972-996. DOI: 10.1111/bjep.12402.
- [7] Chang C, Colón-Berlinger M, Mavis B, et al. Medical student progress examination performance and its relationship with metacognition, critical thinking, and self-regulated learning strategies [J]. Acad Med, 2021, 96 (2): 278-284. DOI: 10.1097/ACM.0000000000003766.
- [8] Turan S, Demirel O, Sayek I. Metacognitive awareness and self-regulated learning skills of medical students in different medical curricula [J]. Med Teach, 2009, 31 (10): e477-e483. DOI: 10.3109/01421590903193521.
- [9] Cho KK, Marjadi B, Langendyk V, et al. Medical student changes in self-regulated learning during the transition to the clinical environment [J]. BMC Med Educ, 2017, 17 (1): 59. DOI: 10.1186/s12909-017-0902-7.
- [10] Limone P, Sinatra M, Ceglie F, et al. Examining procrastination among university students through the lens of the self-regulated learning model [J]. Behav Sci (Basel), 2020, 10 (12): 184. DOI: 10.3390/bs10120184.
- [11] Elfakki F, Alamri MM, Islam A, et al. Self-regulated learning in the university of tabuk; gender differences in strategy and outcomes [J]. Rwanda J Med Health Sci, 2021, 4 (1): 151-165. DOI: 10.4314/rjmhs.v4i1.11.
- [12] Efklides A, Schwartz BL. Revisiting the metacognitive and affective

- tive model of self-regulated learning:origins, development, and future directions[J]. *Edu Psychol Rev*, 2024, 36(2):36-96. DOI: 10.1007/s10648-024-09896-9.
- [13] Singaravelu S, Chandrakumari AS. Beyond grades: harnessing self-regulated learning to empower underperforming students[J]. *Niger Med J*, 2025, 66(1):26-35. DOI: 10.71480/nmj.v66i1.689.
- [14] Xin C, Cui X, Song Y, et al. The cultural adaption and validation of the self-regulated learning perception scale (SRLPS) and the development of its short version in Chinese medical students[J]. *BMC Med Educ*, 2024, 24(1):1379. DOI: 10.1186/s12909-024-06354-6.
- [15] Stewart A. How cognitively coached teachers design and facilitate self-directed learning in general education classrooms[J]. *Int J Curric Dev Learn Meas*, 2021, 2(1):55-72. DOI: 10.4018/IJC-DLM.2021010105.
- [16] Zhang T, Taub M, Chen Z. A multi-level trace clustering analysis scheme for measuring students' self-regulated learning behavior in a master-based online learning environment[C]//Proceeding of the 12th International Learning Analytics and Knowledge Conference. New York: ACM, 2021: 197-207. DOI: 10.48550/arXiv.2112.01982.
- [17] Butler DL, Winne PH. Feedback and self-regulated learning: a theoretical synthesis[J]. *Rev Educ Res*, 1995, (65)3:245-281. DOI: 10.2307/1170684.
- [18] Klaykaew KK, Prasittichok P. The effects of the ADMIRE program on the learning motivation and self-regulated learning of university students[J]. *Eur J Educ*, 2024, 13(1):197-206. DOI: 10.12973/eu-jer.13.1.197.
- [19] Zoltowski APC, Teixeira MAP. Development of self-regulated learning in collegestudents: a qualitative study[J]. *Psicol Estud*, 2020, 25(7):1-7. DOI: 10.4025/psicoestud.v25i0.47501.
- [20] Won S, Wolters CA. Understanding the relations between achievement goals and self-regulated learning: a multiple goal perspective[J]. *Educ Psychol*, 2024, 44(6-7):710-729. DOI: 10.1080/01443410.2024.2392013.
- [21] Dörrenbächer-Ulrich L, Weissenfels M, Russer L, et al. Multimethod assessment of self-regulated learning in college students: different methods for different components? [J]. *Instr Sci*, 2021, 49(1):137-163. DOI: 10.1007/s11251-020-09533-2.
- [22] Bempechat J, Li J, Ronfard S. Relations among cultural learning beliefs, self-regulated learning, and academic achievement for low-income Chinese American adolescents[J]. *Child Dev*, 2018, 89(3):851-861. DOI: 10.1111/cdev.12702.
- [23] Poitras EG, Doleck T, Huang LY, et al. Ime-driven modeling of student self-regulated learning in network-based tutors[J]. *Inter Act Learn Environ*, 2021, 31(4):2490-2511. DOI: 10.1080/10494820.2021.1891941.
- [24] Higgins N, Frankland S, Rathner J. Self-regulated learning in undergraduate science[J]. *Int J Innov Sci Math Educ*, 2021, 29(1):58-70. DOI: 10.30722/IJISME.29.01.005.
- [25] Khoiriyah U, Roberts C. Investigating the role of self-assessment in enhancing self-regulated learning amongst medical students in problem-based learning[J]. *BMC Med Educ*, 2025, 25(1):780-791. DOI: 10.1186/s12909-025-07359-5.
- [26] Yang C, Zhu Y, Jiang H, et al. Influencing factors of self-directed learning abilities of medical students of mainland China: a cross-sectional study[J]. *BMJ Open*, 2021, 11(10):e051590. DOI: 10.1136/bmjopen-2021-051590.
- [27] Mubark M, Tashtoush M, Al-Barakat AA. The effectiveness of self-regulated learning (SRL) in creative thinking for calculus students[J]. *J Educ Pract*, 2020, 11(16):71-79. DOI: 10.7176/JEP/11-16-09.

(收稿日期 2023-03-22)

(本文编辑:石俊强)