

自我决定理论视角下数字化混合式英语写作 学习投入的影响机制研究

房雅琨

青岛城市学院 山东 266109

【摘要】：混合式教学是一种新的教学模式，它把传统的课堂教学和多媒体网络教学相结合，是任务型教学与自主学习相结合的教学模式，成为当前信息化教学的主流，其在英语写作教学中的应用对提升学生学习投入和自主学习能力具有重要意义。根据自我决定理论，本研究系统探究了数字化混合式英语写作学习中自主动机、控制感、关系支持对学习投入的影响机制，分析了动机强度差异、外部资源配置、心理需求满足怎样共同影响写作参与行为和学习的持续深化，为优化混合式英语写作教学设计提供理论依据和实践参考。

【关键词】：自我决定理论；数字化混合式学习；英语写作学习投入

DOI:10.12417/2705-1358.26.03.027

引言

依靠现代信息技术，混合式教学可以为学生创建全新的在线写作学习环境，实现自主、创造的学习方式。混合式教学模式既有利于实现学生写作过程中的创造性和自主性，又能发挥教师的启发和引导作用。在此学习环境中，学习投入是衡量学生学习质量与参与程度的重要指标，学习投入指学生投入于学习中的情感与努力，通常包含认知投入、情感投入和行为投入等要素^[1]。学生投入情况既受教学模式设计方面的影响，也和学生内在动机、控制感以及师生互动等心理因素存在联系。自我决定理论认为满足个体自主性、能力感、关系感的需求对于理解学生参与混合式写作学习的积极性、坚持性以及互动质量具有很大的指导意义。因此，从自我决定理论的角度出发，研究数字化混合式英语写作学习投入的影响机制，对优化教学设计、提高学生自主学习能力、提高写作水平有现实意义。

1 自我决定理论与数字化混合式英语写作学习的基本概念

1.1 自我决定理论（SDT）的核心观念

自我决定理论（Self-Determination Theory, SDT）是心理学领域里探究动机和行为调节的一个重要理论框架，是关于个体动机、情感、人格品质的元理论，核心在于研究个体行为产生的因果归因机制。该理论认为，动机是人类健康心理运转和持续行为投入的重要因素，不同种类的动机对个体行为质量、

情绪体验、坚持性有根本性的影响。依据个体在行为过程中感知到的自主程度不同，自我决定理论将动机划分为三种基本类型：内在动机、外在动机和无动机^[2]。内在动机是人对活动本身感兴趣、满足而产生的动机；外在动机是受外部奖励、评价或压力的影响产生的动机；无动机是个体缺乏行动意愿和目标感。在此基础上SDT认为人的动机不是孤立存在的，而是与基本心理需求的满足程度有关。该理论认为有三种基本的心理需求，即自主性、能力感、关系感。自主性使学生在决策、任务选择上体现个人意愿；能力感使学生在面对有挑战性任务时产生胜任感、掌控感；关系感来自于师生互动、同伴协作所带来的情感支持、归属感。因此，自我决定理论给教育情境中学生学习行为的理解提供重要的理论支撑。

1.2 数字化混合式英语写作学习的特点

数字化混合式英语写作学习依靠信息技术的支持，把线上学习的灵活性同线下课堂的指导性融合起来，拓展了英语写作学习的时间和空间，使写作活动从一次性的课堂任务转变为持续性的学习过程。学生可以借助数字平台进行写前构思、资料搜集、反复修改和多元反馈，写作过程更加开放和个性化。传统课堂教学以教师讲授为主，常忽略学生的学习主体性。而混合式教学兼顾教师的引导、启发、答疑与教学监控职责，同时突出学生作为学习主体的主动性、积极性和创造性^[3]。在这种模式中，教师通过任务设计、过程指导来保证写作质量；学生则在自主选择、合作交流和反思修改的过程中不断地增加写作

作者简介：房雅琨，出生年月：1997.7.14，性别：女，民族：汉族，籍贯：山东省淄博市，学历：硕士研究生，职称：助教，单位：青岛城市学院，省市：山东省青岛市，研究方向：应用语言学。

的投入,表现出数字化混合式英语写作学习以学生为主体、过程导向、互动为重的特征。

2 自我决定理论对数字化混合式英语写作学习投入的促进作用

2.1 自主动机提升写作投入

自主动机是自我决定理论的核心要素之一,它直接驱动学生深度参与到写作学习当中。当学生内在动机被充分激发的时候,他们在完成任务的时候会有一种成就感和自我满足感,并且会主动去寻找挑战,进而提高学习的投入度。与外部激励相比,自主动机所激发的学习动机更持久、更有创造性。在数字化混合式英语写作学习中,学生通过自主选择任务、自定进度来获得更多的掌控感,从而激发写作的热情和创造性。自主动机增强之后,学生便更乐意投身于个性化的学习当中,去探寻更多富有创造性的写作形式,而非只是遵照外在的要求或者评判标准。

2.2 控制感增强学习坚持性

数字化混合式英语写作学习中,学生可以对学习的快慢有一定程度的控制,可以选择自己喜欢的学习资源、学习方式,对自己的学习进行调整;这种控制感使学生坚持学习的意愿极大增强。自我决定理论认为,当个体能感受到自己对于学习进程有掌控感的时候,就会增强面对挑战时的信心和韧性。在传统课堂上,学习常常是被外面的力量所驱动的;但是在混合式学习中,学生拥有更多的选择权和决策权,这使他们不再受到外界的压力所驱动,反而更加依赖于内在的动力去学习。设置灵活的写作任务,给予及时的反馈,学生就会产生进步的感知,并在困难面前会坚持下去,避免因挫折而放弃。这种很强的控制感,让学生可以在自我调节中一直投入到写作中去,从而提高他们的学习自主性以及长期参与度。

2.3 关系支持促进互动参与

关系感属于自我决定理论中十分重要的一个心理需求,它指的是个体在学习时所体会到的与他人之间的情感联系以及支持。在数字化的混合式英语写作学习中,教师与学生之间、学生与学生之间所发生的互动、协作、反馈等,给予了学生一定的心理支撑,使学生能够积极参与到写作活动中来。经由创建线上讨论平台,同伴互评以及教师的个别化反馈,学生会体会到别人给予的理解与鼓励,从而增强其归属感,进而对写作任务加以投入。学生在互动中得到支持、产生共鸣的时候,他们就更有可能会对写作保持持续的兴趣,并且愿意投入更多时间和精力去完善自己的作品。关系支持让学习不再是一个孤立的行为,而是一个有互动、合作的过程。

3 自我决定理论视角下数字化混合式英语写作学习投入的影响机制

3.1 动机强度差异,影响学习投入程度

动机是决定学习投入的关键因素,在自我决定理论框架之下,动机的种类和强度同学习行为的深浅和持久有关。自我决定理论把动机分为内在动机和外在动机,内在动机是由于对活动本身感兴趣而产生的满足感,外在动机是为了达到外部目标或者获得奖励而产生的。同时自我调节学习中动机性因素主要有动机信念和动机调控策略:动机信念包括自我效能感、任务价值、成就目标定向,是学生自我调节学习的前提和基础,推动学生努力完成学习任务;动机调控策略是学生为了维持和提高动机水平而采取的手段^[4]。学生在数字化混合式英语写作学习中,动机强度越大,参与度、投入持续性就越高。然而动机弱的学生只为了完成任务而写,很难达到深度学习、长期写作能力的发展。

动机强度既决定学生是否参加学习,也影响学生在遇到困难时的坚持性以及解决问题的能力。在英语写作学习过程中,当学生是出于兴趣与挑战驱动的内在动机时,就会主动地寻求反馈、改进写作策略;在遇到困难时也会更加有毅力去坚持,从而不断提升自己的写作水平。一个有着很强内在动机的学生,在写作时会发现更多的创新点;其不是为了交作业而去写,而是为了探索各种各样的表达方式与写作技巧而主动去写。所以,内在动机的增强往往能够促使学生由“被动完成任务”转向“主动建构意义”。当学生对写作主题和学习过程产生真实兴趣,并在一定范围内拥有选择与决策的空间时,其学习行为不再仅仅受外部要求驱动,而是建立在自我价值认同与成就追求之上。这种内化动机使学生在写作过程中更愿意投入时间与精力,对写作内容进行深入思考与反复修改,从而显著提升写作质量。例如,学生选择自己擅长的或者感兴趣的写作主题,如:旅行话题的记叙文、科技创新话题的议论文等;学生在写作过程中会主动寻找相关资料、探索新的写作方法。通过增加选择自由度、创作空间,混合式学习模式可以大大提高学生的写作投入,促使学生深入思考、自主创作。

3.2 外部资源配置,调节写作参与行为

外部资源配置在数字化混合式英语写作学习中起着非常重要的作用,它直接决定着学生写作参与行为的好坏以及学习效果。自我决定理论认为,在给予学生自主选择权的同时,也需要给学生提供充足的外部资源与支持,使学生在不会因为资源不足而受到阻碍。外部的资源包括课程内容、教材、学习平台、教师反馈、同伴协作和在线学习工具的使用。数字化混合式学习模式下,灵活的外部资源调配可以调节学生的参与程度与学习策略,进而达到提高写作学习效果的目的。

教师对学生的反馈、指导,是影响学生写作参与度的关键外部因素。在传统的课堂上,教师的面授时间是有限的,学生得到的反馈也是有限的。但是,在混合式学习模式下,学生可以经由在线上平台获得更多的及时反馈,教师可以根据学生的写作进度给予个性化的指导。实时反馈不仅可以使学生发现写作中的不足之处,还可以激励学生在下一次的写作中加以改进。比如:教师经由超星学习通平台批改作业,给出详细的建议,可帮助学生发现语法错误、丰富句式、指出内容深度和结构上的欠缺。学生在这些反馈的基础上,不但可以提高写作能力,还可以在自我调节的过程中找到持续发展的动力。另外,同伴协作也是重要的外部资源。混合式学习环境下,学生可以经由线上平台与同学交流,参与互评或小组合作写作等,该协作方式可以提高学生的参与感以及互动性。比如,在写作课程中设置同伴批改环节,要求学生互相批改对方的作文并给予反馈,这样既加强了写作任务的互动性,又使学生在批改他人作品的过程中提高了对自身作文的批判性思维。

3.3 心理需求满足,促进学习持续深化

心理需求满足在自我决定理论中占据核心地位,在数字化混合式英语写作学习中,它通过影响学生的情感状态、学习动力、互动行为,直接推动学习的深入。根据自我决定理论,自主性、能力感、关系感是内在动机的三大基本需求,三者互相影响、相互促进,共同塑造了学习投入的深度和持续性。自主性使学生在任务的选择以及学习的策略上具有决策权;能力感是通过反馈、任务的挑战来提高学生对自己能力的信心;而关系感则是通过师生之间的互动、同伴之间的协作来提供情感上的支持,使学习行为不再孤立。

首先,学生在写作过程中如果觉得自主性足够充分时,就

会更有动力去自主选择任务、探索写作方式。混合式学习环境下,学生可以按自己的兴趣选择主题、进度,并经由在线上平台分享成果获得反馈,这种自主性提升了学习投入。比如:对社交媒体写作感兴趣的学生不仅会主动查资料、提高表达,还会在讨论区和其他同学交流自己的想法,接受别人的意见与评价。自主选择与互动相结合,使学生在自主探索的过程中,既得到情感上的支持,又激发了学习的兴趣和创造力。其次,能力感的满足会增强学生的自信心和坚持性。混合式写作任务中,学生通过阶段性任务、教师反馈、同伴互评可以清楚地看到自己的进步和不足。如:在完成一篇旅行话题的记叙文后,教师详细点评、同伴互评,让学生了解写作技巧的改进之处,体验成就感。反馈不仅加强了学生的能力感,而且促使学生在下一阶段的写作中继续挑战自我、优化策略。同时关系感对学习过程来说也十分重要。学生在在线讨论、合作任务、互相评价的过程中,能获得情感的交流与支 持,从而提高归属感以及参与度,促使学习行为的自觉性和持久性增强。关系感的满足让学生体会到写作不是单纯的个人任务,而是群体合作、交流的过程,并在自主性、能力感、关系感的共同作用下,达到学习投入的不断深化以及写作能力的稳步提高。

4 结语

自我决定理论是一种解释数字化混合式英语写作学习学生行为理论。研究发现学生自主性、控制感、教师支持对学生的写作投入、持续参与起着很大的作用。合理设计混合式教学环境,优化外部资源配置,关注学生心理需求的满足,可以有效提高学习动力,增强写作坚持性,促进互动参与,从而达到提高写作能力的目的。这一机制的探寻既充实了混合式英语写作教学理论,又给实践中改善学生自主学习和创新能力给予参照和启迪。

参考文献:

- [1] 徐鹰,袁洁,黄梦佳,等.线上线下混合教学模式下大学生英语学习投入研究[J].当代外语研究,2025,(01):84-95.
- [2] 迟翔蓝.基于自我决定动机理论的教师支持对大学生学习投入的影响机制研究[D].天津大学,2017.
- [3] 甄荣.基于混合式教学的英语写作教学[J].外国语文,2013,29(04):142-144.
- [4] 王幼琨.成就目标定向与动机调控策略对英语学习投入的影响[J].北京第二外国语学院学报,2025,47(03):75-89.