

# 解读学习体验

王 琦

南通大学，教育科学学院，江苏 南通  
Email: 1532391765@qq.com

收稿日期：2020年8月19日；录用日期：2020年8月31日；发布日期：2020年9月7日

---

## 摘 要

以文化基础、自主发展、社会参与为特征的中国学生发展核心素养正成为培养学生的新趋势，为此对学习者的学习体验关注显著增多。本文通过自上而下的研究思路对“体验”的相关概念进行梳理，初步界定了学习体验的定义；其次通过呈现学习体验的意义，指出让学习者获得更多的高峰体验的重要性；最后结合实操经验，对丰富学习者学习体验进行初步探索。

## 关键词

核心素养，高峰体验，学习体验

---

# The Interpretation of Learning Experience

Qi Wang

School of Education Science, Nantong University, Nantong Jiangsu  
Email: 1532391765@qq.com

Received: Aug. 19<sup>th</sup>, 2020; accepted: Aug. 31<sup>st</sup>, 2020; published: Sep. 7<sup>th</sup>, 2020

---

## Abstract

The core developing literacy of Chinese students, which is characterized by cultural foundation, independent development and communal engagement, is becoming the new trend in cultivating students. Therefore, people's attention paid on learners' learning experience is notably increasing. This article uses the top-down research guideline to sort out the related concepts of "experience" and initially define the definition of learning experience. What's more, this article points out the importance of getting more peak experience for learners by presenting the meaning of learning experience. Finally, by combining with the practical experience, this article explores enriching

learners' learning experience preliminarily.

## Keywords

Core Literacy, Peak Experience, Learning Experience

Copyright © 2020 by author(s) and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY 4.0).

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Open Access

## 1. 学习体验之界定

### 1.1. 何为体验

“体验”一词在《现代汉语大词典》中指“通过亲身实践所获得的经验”、“亲身经历、实地领会”。在《辞海》中则是指“从已发生的事件中获取知识”。“体验”的近义词包括“体会”、“经历”、“经验”、“阅历”等。但是，“体验”与“经验”不同，如果一件事情我们亲身经历但是却没有引起内心的波澜，那么这种经历只是一种经验。“体验”更多是强调一个人通过自身经历而形成的对事物独特的感受、情感和领悟。“经验”一般是一种前科学的认识，它指向的是真理的世界；而“体验”则是一种价值性的领悟，它指向的是价值世界。

“体验”是一个内涵很丰富的概念，在不同的理论视域下有不同的理解。在哲学领域，体验是人存在的方式，具有本体论意义，主要是指主体与客体之间的一种特殊的关系状态[1]。在心理学领域，体验则是一种特殊心理活动。这种心理活动是由感受、理解、联想、情感、领悟等诸多心理要素构成的，并由主体以全部的“自我”去感受和理解事物，从而产生情感反应深刻的领悟[2]。在教育领域，从教育活动的综合性出发，有学者认为体验是多方面交织的复杂过程，是主体内在的历时性的知情意行的亲历与验证。体验是一种活动，更是一种过程，是生理和心理、感性和理性、情感和思想、社会和历史等的复合交织的整体矛盾运动[3]。上述三个领域中关于“体验”概念的理解有一个共同之处，都强调体验是个体在亲历的基础上通过内在生命与外在世界融合生成的一种新的存在方式。体验不仅与人的认知密切相关，同时也是产生情感反应的一个过程，它包含了认知和情感的双重内涵。

### 1.2. 学习体验的概念

美国内力美教育基金会(Nellie Mae Education Foundation)资助建设的美国教育改革术语表(The Glossary of Education Reform)对学习体验作出了一个较为粗略的界定：学习体验是指学生在学习过程中与课程、教学以及学习环境等环节所产生的联系与体悟[4]。该定义认为，学习体验有可能来自于学校或教室等正式学习环境，或来自于咖啡厅、户外环境等非正式学习环境，还有可能来自于传统的教学交互(学生可从教师获取知识)或是非传统交互(学生从游戏和互动软件活动的交互)。学习体验是学习者在正式或非正式学习场景中的主观感受。该定义初步确定了学习体验的来源，但对于学习体验的具体内涵没有作进一步阐释。在教育领域，有学者认为学习体验发生于学生对外在世界的接受和内化过程，强调的是学生在教育活动中活动的主体参与。基于对体验及其相关概念的解读可以发现，学习体验首先是一种学习过程，包括学习者在环境中外在亲历学习活动及其内在所形成的心理活动；其次是一种学习结果，包括认知和情感反应[5]。换言之，学习体验可以理解成学习者在学前、学中和学后产生的主观感受

和印象。也有学者认为,学习体验是衡量学习质量的一个重要指标,因为它关注的是学习者在自身学习过程与结果真实感受。

从上述分析中可看出,目前人们对学习体验的概念并没有达成共识。在本文,笔者认为,学习体验是体验的具体化,是学习者在正式场合或非正式场合下,在学习前、学习中和学习后产生的对于学习结果的一种感知经验。学习体验更加关注的是学习者的内心的真实感受。

### 1.3. 学习体验和体验学习的关系

“体验学习”和“学习体验”初看似乎只存在着语序的不同,但仔细斟酌、推敲,两者所表达的涵义却大相径庭。

体验学习是指学习者自身通过实践而产生的认知、体验和感悟,并在其中获得新的知识、技能和态度的方法[6]。从教育学的角度看,体验学习是指学生在学习过程中对学习内容进行内化后,在特定的教育情境中的内心反省、内在反应或内在感受[7]。而学习体验是体验的具体化,是学习者在正式场合和非正式场合下,在学习前、学习中和学习后产生的对学习结果的一种感知经验。学习体验关注的是学习者的真实感受。学习体验不需要在特定的教育情境下才能发生,它可以发生在任何场合、任意时间段,对学习者的而言,学习体验实际上是一种感知经验,更加关注学习者内心感受。

“体验学习”和“学习体验”两者既有联系又有区别。在“体验学习”中增强学习者的“学习体验”。“体验学习”强调的是一种体验式的学习,其聚焦于“学习”,强调的是在特定的教育情境中而发生的内心反省与感受,是学习过程中的一种学习观点。而“学习体验”强调的是对学习过程、学习结果的感知与体验,聚焦于“体验”,关注的是学习者的真实感受。但是两者也有联系,第一,都强调亲历性。亲历不同于亲身经历,它包括:实践层面的亲历和心理层面的亲历[8]。实践层面的亲历,是指学习者通过实际行动亲身经历某件事;心理层面的亲历是指学习者在心理上虚拟地“亲身经历”某件事;第二,两者都强调自主性。两者都是自我意识的觉醒,一种感悟或是顿悟。

## 2. 学习体验之意义

### 2.1. 获得多元化的学习体验

学习体验强调的是对学习过程、学习结果的感知与体验,聚焦于体验,更加关注学习者的真实感受。对学习者的谈之学习的体验与感受,听到更多的词语是枯燥、单调与苦涩,当学习者在单一的学习体验中成长,不利于身心的发展需求。尤其是中国现代考试文化在一定程度上依旧受到应试教育的影响,并继而衍生出一种对极少数“精英”的筛选模式,并伴随着一种异化的考试文化。在应试教育的氛围下,施教者忽视学生的主体地位,无视学生个性发展,学生缺乏多元的学习体验。

在素质教育阶段,我们一改往日教育片面追求升学率、教育活动和教育培养对象被严重扭曲的应试化教育阶段,迎来的是以提高国民素质为根本宗旨,注重培养学生创新精神,面向全体学生、促进学生全面发展、个性发展的素质教育阶段,这与注重学习者的多样化体验不谋而和。过往的学习追求精英教育,可是现实中更多人还是无法做成精英,只能是大众,但是这并不影响对精英的崇拜,至少也表达了一种追赶潮流,向往上进的积极姿态[9]。这种教育本身就是不公的教育,只让极少数学生体验到成功,而绝大多数孩子实则成为衬托这些成功学生的绿叶,对于绿叶而言,他们所体验到的却是一次又一次的不被认可与失败。注重让学习者获得多元化的学习体验,是让每一个普通人拥有高峰体验的途径之一。

### 2.2. 实现动机性的主体体验

以成绩论英雄的评价制度并没有因此改变,学生的学习体验依旧是以苦涩居多,这样的学习体验大

多数情况下是被动的。只有施教者认识到体验在教育活动中的意义和地位，并且相信学习体验的过程可以在一定程度上推动、组织与引导，学习者才能有途径将被动的学习状态化成为动机性的主体体验。只有学习者发挥主观能动性地去要求获得学习体验，施教者予以一定的平台，学习者才会对学习充满热情。

在素质教育阶段，学生主体地位有了明显的突出，我国学者林崇德在素质教育实施十三年后指，素质教育改革虽然已经取得初步成效，但不可否认的是，当下反映出我国所培养出的学生身体素质滑坡、社会适应能力不强、负面情绪较多、实践和创新能力不足等素养发展不全面等问题仍然不容小觑[10]。只有将被动地接受转化为主动的获得，学习者才会获得更多的主体体验，同时自我效能感也会随之增加。

### 2.3. 激发学习的潜能与乐趣

让学生发挥主观能动性，获得多样化的学习体验才能激发学习者学习的潜能与乐趣。国家在课程改革的重要文件中首次明确使用“核心素养”一词，意味着党和国家把学生核心素养的培养问题放到了一个前所未有的高度上。教育学者对此各抒己见，林崇德将核心素养界定为：学生在接受相应学段的教育过程中，逐步形成的适应个人终生发展和社会发展需要的必备品格与关键能力，它是关于学生知识、技能、情感、态度、价值观等多方面要求的结合体。

对于核心素养的研究是国际共识，它关注过程、关注学生在培养过程中的体悟，这一点与笔者所说的增加学习者的学习体验的建议不谋而合。在当今全球化、信息化与知识社会的背景下，各国综合国力的竞争愈演愈烈，一些主要的发达国家或地区，例如，英国、美国、德国、芬兰等也纷纷启动了基于核心素养为教育目标的体系研究，希望能制定出符合自己国家需求的核心素养指标，并进一步开发完善以此为基础的课程改革方案，提升教育质量[11]。在这一潮流引领下，单单凭借纸笔成绩致胜的培养模式恐怕是难以应付这一纷繁复杂的世界格局。所以，笔者认为只有紧随世界共识，在国际视角下探寻核心素养，从现实需求中归纳出符合我国国情的核心素养，增强与丰富我国学习者的学习体验，在以核心素养为教育目标的阶段，每个学习者都能获得学习上的高峰体验，使其获得更加全面的发展，同时这一阶段也是增加学生学习体验的一个质的飞跃阶段。

## 3. 增加学习者学习体验之探索

### 3.1. 基于知识设计课堂

在国内整个大环境下，施教者和学习者均以知识的获取为学习的主要目的[12]。所以，我们可以基于增强学生的学习体验为视角来设计传授知识的课堂，从而增强学生的学习体验。1996年美国的普斯特曼(N. Postman)和温特纳(C. Weingartner)提出：“当学生将学习方法从直板化接收转入询问式、探究式的学习，并且将询问式的学习融入自己的思维方式，他们就不再把任何问题都看作是外部给予的，而是有了一种内在的探寻动力[13]。”教师可以用询问的方式开启师生互动与交换知识经验的新局面，教师的教学形式也可以从“直线式教学”转为“多元化教学”。

在我国，早期的教育就是教师习惯性的将一门课程的内容组成一条逻辑上前后联系的直线，将直接经验和间接经验，以单一的、输入的方式传递给学生，学生在接受与被动中获取所谓的知识体系，但是知识是否实现了它真正的价值，我们却无法去解释[14]。因此，在核心素养教育阶段，我们更要以学生为中心，教师在教学中可以通过多种途径提高学生对课堂的参与度，用“提问”激发学生的思维和创造力，通过生生互动的形式来习得知识，提高学生的学习体验感。提问的主体应该由教师转换成学生，因为学生在提问的过程中不仅是对教师教学内容的反思也是对自身批判思维的一种锻炼，同时学习者还可以从众获得成就感和短暂的高峰体验[15]。

### 3.2. 基于非正式的学习

随着信息时代不断的发展,学习的形式、空间也是在不断的演变,在年初爆发的新冠疫情更是对原有学习模式的一种挑战。学习不单单只发生在设备齐全的教室,只要连接上网络,咖啡厅、动车上都可以是学习的空间,学习的形式和意义随着技术的发展而更加丰富。丰富的网络教学资源让学习内容可以多渠道获取,学习者的学习体验也会随之发生转变。课堂中的学习体验常常伴随着压力与枯燥,但是随着互联网时代的不断发展,学习者可以选择自己喜爱的学习方式、学习空间,学习体验会更加丰富。非正式学习(Informal Learning)已经不能单纯被当作一种补充性学习,它在满足学习者需求中,已经不知不觉地成为人们生活学习的一种重要方式存在[16]。

19世纪末20世纪初意大利经济学家巴莱多提出“二八定律”,在任何一组事物中,最重要的只占约为20%,其余的80%尽管占大多数,但却是次要的。不仅生活中普遍存在着“二八定律”,学习中也不例外。有调查现实、显示,80%的知识习得来自于非正式学习(Informal Learning) [17]。在非正式学习这种没有压力的学习环境下,学习者可以真正释放自己,他们可以通过在与他人毫无束缚感的聊天中获得知识。随着互联网技术的进步,网络课程也逐渐丰富起来,学习者可以不受时间、空间的限制,选择自己感兴趣的课程丰富自己的知识储备,感受获得知识的喜悦,体验属于自己的高峰满足。

### 3.3. 基于环境设计课堂

将学习者置身一定的学习氛围中,钟志贤认为学习环境是为了促进学习者发展特别是高阶能力发展而创设的学习空间,这是一种以学习者为中心的学习方式,是学习者在追求学习目标和解决问题的活动中获得合作和支持的场所[18]。钟启泉认为学习环境是基于多种多样的物的要素、人的要素而形成的动态构成的“信息环境”。教师不要试图将所有的知识都塞入学习者的脑袋,应该思考一下是否能够将一些知识放置在相应的学习环境里面,尝试将知识放置在尽可能接近学习者行为的地方。

唐纳德·诺曼(Donald Norman)在他的经典著作《设计心理学》中有一个章节叫“头脑中的知识和外界的知识”。他谈到记忆的负担(大脑中的知识)以及放置在环境中的信息(外界知识)。唐纳德·诺曼给的例子是厨房电炉的炉膛及其控制旋钮的排列,有四个炉膛和四个控制旋钮,但你能知道哪个控制旋钮点燃哪个炉膛吗?充其量,你能够缩小到两种方式,第一,每次使用电炉的时候都花时间尝试一次;第二,记住哪个旋钮控制哪个炉膛。诺曼指出,在设计电炉时可以使用某种方式使用户不需要记忆任何信息,那就是改变环境,让用户置身炉膛的使用环境中,这样能够弥补相应知识或技能上的差距。将知识嵌入外界的环境中,我们可以大大减少学习者所需要携带的信息量[19]。基于环境来设计课堂,缩短为适应新环境而耗费的时间与精力,让学生在熟悉的环境下发挥自己的潜能,这样的设计能够为学生获得高峰体验,丰富学习体验搭建平台。

## 4. 结语

因我国长期形成的以中考、高考成绩作为教育质量评价标准的观念引导,以成绩论英雄的社会风气占据着舆论的主流。中国学生学习体验感糟糕的背后是整个社会教育、学校教育、家庭教育出现了缺位,单凭考试成绩获得的体验或许能得一时之快,但绝不是孩子应对变化莫测的未来最好的方法。那么该如何让学生获得更多丰富的学习体验呢?如何让学习者获得更多的高峰体验呢?那些在笔试成绩中获胜的学习者的人生真的就一帆风顺吗?笔者认为这些问题值得每一个从事教育行业的人深刻思考。

## 参考文献

- [1] 陈佑清. 体验及其生成[J]. 教育研究与实验, 2002(2): 11-16.

- 
- [2] 孙俊三. 从经验的积累到生命的体验——论教学过程审美模式的构建[J]. 教育研究, 2001, 22(2): 34-38.
- [3] 李英. 我国教育学者对体验问题的研究述评[J]. 上海教育科研, 2002(3): 36-39.
- [4] 邓鹏, 王欢. “体验学习”教学设计研究——主题、环境与体验[J]. 电化教育研究, 2013, 34(12): 88-92+120.
- [5] 胡永斌. 中小学智慧教室环境中的学习体验研究[D]. 北京: 北京师范大学, 2015.
- [6] 王灿明. 体验学习解读[J]. 全球教育展望, 2005, 34(12): 14-17.
- [7] 郭淑婷. 基于文献回顾所构建的研究工具: 远程学习体验框架结构[J]. 中国远程教育, 2014(6): 14-18.
- [8] 张鹏程, 卢家楣. 体验概念的界定与辨析[J]. 心理学探新教学改革, 2012, 32(6): 489-493.
- [9] 钟启泉, 崔允漷. 从失衡走向平衡: 素质教育课程评价体系研究[M]. 北京: 经济科学出版社, 2014: 36-53.
- [10] 林崇德. 21世纪学生发展核心素养研究[M]. 北京: 北京师范大学出版社, 2016: 29.
- [11] 钟启泉. 学习环境设计: 框架与课题[J]. 教育研究, 2015, 36(1): 113-121.
- [12] 朱琳. 小学生课堂学习体验研究[D]: [硕士学位论文]. 长春: 东北师范大学, 2008.
- [13] 刘斌, 张文兰, 江毓君. 在线课程学习体验: 内涵、发展及影响因素[J]. 中国电化研究, 2016(10): 90-96.
- [14] 刘慧勤, 吕晨青. 高峰体验的教育价值[J]. 青海师范大学学报, 2015, 26(2): 68-71.
- [15] 马斯洛. 马斯洛人本哲学[M]. 成明, 编译. 北京: 九州教育出版社, 2003: 13-39.
- [16] 杨欣, 于勇. 非正式学习研究现状综述[J]. 现代教育技术, 2010, 20(11): 14-18.
- [17] 王言根. 学会学习——大学生学习引论[M]. 北京: 教育科学出版社, 2003.
- [18] 钟志贤. 论学习环境设计[J]. 电化教育研究, 2005(7): 35-41.
- [19] 朱莉·德克森. 认知设计[M]. 赵雨儿, 等, 译. 北京: 机械工业出版社, 2018: 195-204.