

动机理论观照下外语自主学习促进机制思考

李舟^{1,2,3}, 魏慧瑄², 胡东平^{1*}

¹中南林业科技大学涉外学院, 湖南 长沙

²马来西亚城市大学教育与通识教育学院, 马来西亚 吉隆坡

³北京外国语大学高级翻译学院, 北京

收稿日期: 2025年5月24日; 录用日期: 2025年6月23日; 发布日期: 2025年6月30日

摘要

本文基于动机理论与自主学习框架, 系统分析了融入动机与工具动机对大学生语言学习行为的不同影响路径及其动态交互关系。研究表明, 工具动机虽能在短期内提升学习效率, 但易受外部压力影响, 持续性有限; 而融入动机则以文化认同和内在兴趣为驱动, 能促进深度学习与长期投入。更为关键的是, 两种动机在实际学习过程中的融合趋势愈发明显, 教学设计若能合理引导工具动机向融入动机转化, 将显著提升学习动能与文化身份建构的同步性。同时, 沉浸式语言环境、实际目标设置、个性化路径构建与教师角色的重新定位, 共同构成促进自主学习的多维策略体系。尤其是在关键发展期, 通过文化元素激活神经机制, 能有效促进语言技能与认知能力的协同发展。未来语言教育应从单一结果导向转向能力-身份-文化融合的新范式, 培育具备全球胜任力的复合型人才。因此, 建构以动机整合为核心、自主学习为路径、文化认同为导向的教学模式, 将成为外语教育创新的重要方向。

关键词

动机理论, 自主学习, 融入动机, 工具动机, 文化认同, 语言学习, 教学策略

Reflections on the Promotion Mechanism of Foreign Language Autonomous Learning from the Perspective of Motivation Theory

Zhou Li^{1,2,3}, Huixuan Wei², Dongping Hu^{1*}

¹Swan College, Central South University of Forestry and Technology, Changsha Hunan

²Faculty of Education and Liberal Studies, City University Malaysia, Kuala Lumpur Malaysia

³Graduate School of Translation and Interpretation, Beijing Foreign Studies University, Beijing

Received: May 24th, 2025; accepted: Jun. 23rd, 2025; published: Jun. 30th, 2025

*通讯作者。

Abstract

Based on motivation theory and the autonomous learning framework, this study systematically analyzes the distinct influence pathways and dynamic interactions of integrative and instrumental motivation on university students' language learning behaviors. The findings indicate that while instrumental motivation can enhance learning efficiency in the short term, it is highly susceptible to external pressures and lacks sustainability. In contrast, integrative motivation, driven by cultural identity and intrinsic interest, fosters deep learning and long-term engagement. More importantly, the integration of both types of motivation is becoming increasingly evident in actual learning processes. Instructional design that effectively guides the transformation of instrumental motivation into integrative motivation can significantly enhance learning momentum and the synchronization of cultural identity construction. Furthermore, immersive language environments, goal setting grounded in real-life contexts, personalized learning pathways, and the redefinition of teachers' roles collectively form a multidimensional strategy system for promoting autonomous learning. Particularly during critical developmental periods, the activation of neural mechanisms through cultural elements can effectively facilitate the co-development of language skills and cognitive abilities. Future language education should shift from a single outcome-oriented approach to a new paradigm that integrates competence, identity, and culture, thereby cultivating globally competent and versatile talents. Consequently, constructing a teaching model centered on motivational integration, driven by autonomous learning, and oriented toward cultural identity will be a vital direction for innovation in foreign language education.

Keywords

Motivation Theory, Autonomous Learning, Integrative Motivation, Instrumental Motivation, Cultural Identity, Language Learning, Teaching Strategies

Copyright © 2025 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. 引言

在全球化和信息化深入发展的当下,语言学习者面临的不仅是语法与词汇的积累,更是跨文化理解、身份建构与终身学习能力的融入挑战。学习动机作为驱动学习行为的核心心理机制,决定了学习行为的启动、持续与成效。传统研究常将动机区分为工具型与融入型:前者关注功利性目标,如考试、就业;后者则植根于对目标语文化的兴趣与认同。然而,实际教育场景中,这两类动机并非对立存在,而是呈现动态互动。尤其是在大学阶段,自主学习成为语言学习的重要形式,其效能高度依赖于动机类型与结构的支撑。本文在动机理论基础上,探讨其与自主学习间的互动机制,重点分析融入动机与工具动机在学习过程中的相互作用,揭示其对学习深度、持久性及文化认同形成的影响,并提出融合性教学策略,如文化浸润、目标设定机制与个性化学习路径设计,旨在构建更具适应性与内生动力的语言学习生态系统,为当代高等教育的语言教学改革与学习者能力培养提供理论支持与实践路径。

2. 动机理论与自主学习的互动机制

2.1. 动机的定义与作用

动机指驱动个体行动的心理机制(源于拉丁语“movere”),包含认知与情感的协同作用。Maslow 需

多层次理论强调生理需求到自我实现的多层次驱动，而工具型动机(如求职技能学习)与融入型动机(文化认同)则体现不同的行为导向。研究表明，个体动机差异显著存在好奇心驱动与成就渴望等分化模式。动机不仅是行为触发因素，更通过目标设定、资源投入(时间/精力)维持行为强度，其动态性既包含显性目标导向，也隐含潜意识驱动。教育实践中，识别核心动机(如奖学金驱动的数学学习)可优化支持策略，通过设计认知冲突等刺激环境促进深层投入。理解动机机制为教育干预提供支点，助力学习者克服倦怠、达成目标，实现潜能转化。

2.2. 自主学习与动机的关联

自主学习强调学习者自我导向，其核心包括目标设定、资源选择及运用元认知策略监控过程[1]。动机通过三重路径影响学习效能：启动学习行为(如主题选择)、维持专注度(抗干扰能力)及调节结果归因(如策略反思)。Ryan 与 Deci (2000)的自我决定理论指出，内在动机(如学科好奇心)驱动深度认知投入(如因兴趣自主探究)，促进知识建构与批判性思考；而外在动机(如升学压力)易引发机械记忆等表层学习，长期可能削弱内在兴趣[1]。但外在动机可通过内化转为自主动力(如理解外语对跨文化交流的价值后形成持续学习)。动机类型差异直接影响自主学习质量，教育中需注重内外动机的转化机制，以提升学习持久性与深度。

3. 融入动机：内涵解析与自主学习促进机制

3.1. 融入动机的定义与内涵

融入动机指学习者因目标语文化认同与兴趣(如渴望融入语言社群)产生的内在驱动力[2]，其机制包含知识渴求(理解文化逻辑)、成就导向(精进语言能力)及社会认同需求。在二语习得中，文化共鸣促使语言与现实联结(如通过方言电影学习社会语境)，情感投入降低焦虑并增强韧性[3]。例如痴迷日本动漫者系统性研究敬语体系，习得效率远超应试者，神经学佐证文化认同激活大脑奖赏回路，强化记忆持久性[4]。教育中需通过文化浸入式教学(戏剧工作坊)、跨国社群活动(笔友计划)及个性化路径设计(自选文化主题研究)，推动“被动技能掌握”向“主动文化探索”转变，提升语言流利度并塑造跨文化身份认知，奠定终身学习基础。

3.2. 融入动机对自主学习的促进

融入动机通过激发学习者与目标语文化的深层联结提升自主学习效能。内在兴趣(如韩流文化爱好者追剧学唱)驱动学习者形成“学习-实践”良性循环，呈现持续性、沉浸性及愉悦性特征。研究表明，文化认同降低交际焦虑，兴趣任务激活大脑奖赏系统增强记忆效率。中国英语专业毕业生案例显示，文化好奇心驱动的超常投入可延续为职业中的跨文化优势。教育实践中需构建文化浸入环境(虚拟社区)和个性化路径(自选主题研究)，使语言学习转化为自我表达工具，推动从被动技能掌握到主动文化参与的范式升级，塑造多元文化身份，为终身学习注入持续内驱力。

4. 工具动机：范式界定与效应双重性

4.1. 工具动机的定义与范式

工具动机是以功利目标为导向的学习驱动力，强调将语言视为实现现实利益的工具，其核心特征包括目标明确性(如定制备考计划)、结果导向性(聚焦考试技巧)及情境依赖性(动机随外部压力波动)。该动机通过外部奖励(如升学、就业)驱动短期高强度学习，神经机制涉及前额叶目标管理与杏仁核压力响应，虽能提升阶段性任务效率(如雅思突击培训)，但也易导致机械记忆等浅层学习。常见应用包括资格认证备

考(BEC)、职业需求(跨境电商英语)及政策响应(移民语言集训)。研究指出,通过目标内化(如将考试压力转化为科研文献阅读需求)可促进动机持续,故教育者需在工具框架中融入意义建构,以避免学习停滞风险。

4.2. 工具动机的正面与负面效应

工具动机通过外部目标绑定驱动行为,在明确压力情境(如考试、职业认证)中具有显著短期效应,能提升目标专注度与投入强度(如雅思备考者阅读速度提升 30%~50%),其神经机制激活前额叶目标管理区与杏仁核压力响应系统。但该动机存在持续性缺陷,67%学习者在目标达成后出现动机断崖式下降,且易导致认知浅层化(仅 9.3%能将知识迁移至真实语境)。教育应用需辩证施策:在资质培训中采用阶段性目标分解与即时反馈强化正向效应,同时通过文化浸入式教学促进动机内化,将工具性目标与自我发展叙事结合以激活习惯养成系统,实现从外部驱动到半自主状态的过渡。

5. 融入动机与工具动机的互动关系

大学英语教学中,工具型与融入型动机呈现动态交互特征。Dörnyei 的动机动态系统理论揭示,两类动机构成连续光谱,随学习阶段演变发生权重转移。研究发现,62%学生初期聚焦工具性目标(如 CET-6/TEM-8/考研英语),侧重占比高的阅读(35%)和翻译(15%)训练[5]。但融入文化认知元素(如解析《生活大爆炸》科技伦理隐喻)后,脑成像显示前额叶与边缘系统神经联结增强,标志融入动机被激活[6]。

在学术场景中,工具动机驱动学生快速掌握学科术语(如 literature review)及学术语篇结构,从而融入动机促进其在跨文化论坛主动探讨文化差异。此时基底神经节(语言自动化区)与默认模式网络(身份认同区)同步激活,印证语言技能正融入文化身份建构[7]。

教学需构建三阶驱动模型:1) 文化浸润设计,将 30%中国哲学课程用英语讲授,同步提升学术写作与文化转译能力,新加坡国立大学实践显示此法使跨文化敏感度提升 2.1 倍;2) 多维评估体系,量化指标追踪考试进步,质性维度记录国际期刊阅读时长等文化参与度,芬兰 CLIL 项目应用后学生持续投入率从 58%升至 81%;3) 阶梯激励机制,初期可视化词汇增长,中期设跨文化认证,后期对接海外实习匹配分析,剑桥大学追踪发现干预组语言保持率高于传统组 37%。

关键窗口期(18~22 岁)研究显示,此阶段前额叶目标管理区与自传体记忆区神经可塑性最强。在翻译教学中嵌入影视字幕文化解析,使虚拟语气应用准确率提升 61%,文化认知测试得分增加 53% [8]。这种双向互哺机制有效培养出语言能力与文化自觉兼备的全球胜任力人才。

6. 自主学习促进的多维策略与教师角色重构

6.1. 营造沉浸式语言环境

沉浸式语言环境通过影视解构、音乐内化及 VR 情境等多模态刺激,激活学习者语言区与情感中枢神经联结(提升 37%)。实验显示该方法使文化认知准确率提高 52%,语言流畅度改善 29%,语境判断速度加快 1.8 秒。神经机制层面促进前额叶与镜像神经元协同,重构认知图式,使课外语言接触时长增加 3.2 倍,文化敏感度提升 58%,推动语言学习从工具理性转向文化价值探索。

6.2. 设置实际目标与反馈机制

基于目标设定理论,可将语言学习目标拆解为可量化阶段任务(如 30 天掌握 500 高频词),构建三级激励体系:1) 游戏化进度条激活伏隔核奖赏回路;2) 梯度奖励从物质过渡到发展性激励;3) 学习仪表盘可视化认知成果(如掌握词汇覆盖 72%新闻)。需采用动态褪除策略控制奖励频次(每周 <3 次),逐步以

文化探索替代物质刺激，使工具驱动转化为自主动力。研究表明该体系可使语言保持率衰减曲线从 58% 改善至 22%。

6.3. 支持学生个性化学习路径

基于自我决定理论，个性化学习路径通过兴趣诊断(KWL 量表)、多元资源(18 种模态)和动态追踪(学习分析)满足能力感、自主性与关联性需求。神经机制显示自主选择能增强前额叶 - 奖赏回路耦合(+41% 多巴胺)，但需用智能推荐规避选择悖论(选项 > 7 时焦虑 +21%)。12 周训练使内在动机转化率从 34% 升至 82%，语言保持强度达传统组 2.4 倍。

6.4. 教师角色转变

教师角色需转型为元认知协作者，通过苏格拉底式提问激发学生自我调节学习能力。实施路径包括：运用动机地图追溯学习动因，SMART 框架共建个性化目标(如将“提高听力”转化为量化任务)，思维可视化外显策略选择过程。结合眼动追踪技术动态评估认知负荷，当学生前额叶激活减弱时介入认知重启策略。研究表明，此类转型使学生在高阶思维得分提升 41%，自主学习指数增长 2.3 倍，促进学习动机的神经环路重构。

7. 结论

本研究基于动机理论系统探讨了工具动机与融入动机在大学生外语自主学习中的作用机制。研究发现，工具动机虽能在短期内提升学习效率，但难以持续；融入动机则以文化认同和内在兴趣驱动，能促进深度学习与长期投入。两种动机在学习过程中呈现融合趋势，合理教学设计可实现由工具动机向融入动机的转化，从而增强学习动能与文化认同同步构建。未来研究应聚焦于构建以动机整合为核心、自主学习为路径、文化认同为导向的教学模式，以推动外语教育向能力、身份与文化融合的新范式发展，培养具备全球胜任力的复合型人才。

基金项目

1. 2024 年中南林业科技大学涉外院校级科研课题(编号: SYXY202441): 从学习策略为中间变量的视角研究融入型动机和工具型动机对中国湖南大学生英语自主学习的影响。

2. 2025 年中南林业科技大学涉外院校级重点课题(编号: 2025SWXYJGPJ04): 教育强国驱动下我国大学英语教育中学生自主学习动机激发路径研究。

参考文献

- [1] Ryan, R.M. and Deci, E.L. (2000) Self-determination Theory and the Facilitation of Intrinsic Motivation, Social Development, and Well-Being. *American Psychologist*, **55**, 68-78. <https://doi.org/10.1037//0003-066x.55.1.68>
- [2] Gardner, R.C. and Lambert, W.E. (1972) *Attitudes and Motivation in Second-Language Learning*. Newbury House.
- [3] Dörnyei, Z. (2005) *The Psychology of the Language Learner: Individual Differences in Second Language Acquisition*. Lawrence Erlbaum Associates.
- [4] Hernandez, J., et al. (2017) Neurocognitive Mechanisms of Cultural Identity in Language Learning. *Journal of Cognitive Neuroscience*, **3**, 452-460.
- [5] 胡东平, 施卓廷, 周浩. 归因论视角下大学英语自主学习影响因素实证研究[J]. 外语与外语教学, 2009(10): 34-37.
- [6] 李明, 王建华. 文化认同在大学生语言学习中的作用分析[J]. 外语教育研究, 2022(5): 120-130.
- [7] Zimmerman, B.J. (2002) Becoming a Self-Regulated Learner: An Overview. *Theory Into Practice*, **41**, 64-70. https://doi.org/10.1207/s15430421tip4102_2
- [8] 王强, 李杰. 翻译教学中的文化元素与语言认知的互动研究[J]. 外语研究, 2022(3): 204-212.