

自我决定理论：中学生学习自主性研究综述

林少艳

福建师范大学心理学院，福建 福州

收稿日期：2024年8月2日；录用日期：2024年9月18日；发布日期：2024年9月26日

摘要

在当今快速发展的时代，教育的目的不仅仅是传授知识，更在于培养学生的综合素质和能力。学习自主性，作为一种重要的学习能力，正逐渐受到教育界的广泛关注。对于中学生而言，学习自主性不仅影响他们的学业成绩，更关系到他们的个人成长、心理健康以及未来的发展方向。自我决定理论认为，个体在学习过程中的动机来源于内在的需求，而非外部的奖惩机制。研究表明，通过支持中学生的自主性，可以提高他们的学习动机和学习成绩。因此本文旨在深入剖析自我决定理论与学习自主性这两个核心概念，来揭示它们之间的内在联系。在此基础上，进一步探讨影响中学生学习自主性的多种因素，并据此提出有助于培养与提升中学生学习自主性的策略与启示。

关键词

学习自主性，自我决定理论，学习动机

Self-Determination Theory: A Review of Research on Middle School Students' Learning Autonomy

Shaoyan Lin

School of Psychology, Fujian Normal University, Fuzhou Fujian

Received: Aug. 2nd, 2024; accepted: Sep. 18th, 2024; published: Sep. 26th, 2024

Abstract

In today's era of rapid development, the purpose of education is not only to impart knowledge, but also to cultivate students' comprehensive quality and ability. Learning autonomy, as an important learning ability, is gradually receiving extensive attention from the education community. For secondary school students, learning autonomy not only affects their academic performance, but also

their personal growth, mental health, and future direction. Self-determination theory holds that an individual's motivation in the learning process comes from internal needs, rather than external reward and punishment mechanisms. Research shows that by supporting secondary school students' autonomy, their learning motivation and academic performance can be improved. Therefore, this paper aims to deeply analyze the two core concepts of self-determination theory and learning autonomy to reveal the internal relationship between them. On this basis, this paper further explores the various factors affecting the learning autonomy of middle school students, and puts forward strategies and implications that are helpful to cultivate and improve the learning autonomy of middle school students.

Keywords

Learning Autonomy, Self-Determination Theory, Learning Motivation

Copyright © 2024 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

自我决定理论(Self-Determination Theory, SDT)是由心理学家德西(Edward L. Deci)和瑞安(Richard M. Ryan)提出的一种动机理论，强调个体在活动中追求自主性、胜任感和归属感的重要性。在教育领域，尤其是中学生的学习过程中，自我决定理论为理解学生的学习动机和学习行为提供了重要的理论框架。中学阶段是个体学习自主性发展的关键时期，学生面临着学业压力、社会期待和个人兴趣之间的冲突，如何促进他们的学习自主性，成为教育工作者面临的重要挑战。

近年来，关于中学生学习自主性的研究逐渐增多，这些研究不仅探讨了自主性对学习动机、学习成就和心理健康的影响，还关注了教师支持、家庭环境和同伴关系等外部因素对学生自主性的促进作用。通过对现有文献的梳理，可以发现，自我决定理论为理解中学生的学习自主性提供了丰富的视角，揭示了影响学生学习动机的多维因素。

本文旨在对中学生学习自主性的相关研究进行系统梳理，分析自我决定理论在其中的应用与发展，探讨提升学生学习自主性的有效策略，以期为教育实践和后续研究提供参考。

2. 自我决定理论概述

自我决定理论(Self-Determination Theory, SDT)是一种关于人类行为的动机过程理论，认为人是积极的有机体，具有先天的、内在的、建设性的发展自我的倾向，具有不断追求自我发展、应对外部挑战及自我实现的潜质，并把外部经验和自我感知进行整合^{[1][2]}。自我决定指个体在充分认识自身需要和环境信息的基础上，对行动作出自由的选择^[3]。自我决定理论关注个体的行为在多大程度上由自我决定，强调个体动机的能动作用，重视个体与社会情景的互动^[4]。该理论强调个体在自主、胜任和归属三个基本心理需求的满足对其内在动机和整体发展的重要性。

2.1. 自我决定的三个基本需求与内在动机

SDT 提出了三种基本心理需求：胜任感(competence)、自主性(autonomy)和归属感(relatedness)。胜任需要是指个体在与社会环境的交互作用中，感到自己是有效的，有机会去锻炼自己和表现自己的才能。自主需要是指个体的行为是自愿的，且能够自我控制，即个体希望自我决定自己的行为，从而满足自己

的需求和利益。归属需要个体感觉到关心他人，并被他人关心，能与别人建立起安全和愉快的人际关系[5]。

Harter 等人将动机划分为内在动机、外在动机和无动机。内在动机是指由个体内部因素(如兴趣、好奇心等)驱动的行为，而外在动机则是由外部因素(如奖励、惩罚等)驱动的行为[6]。该理论强调内在动机的重要性，认为它是推动个体行为持续进行和自我提升的关键因素。

2.2. 自主需要与内在动机

自我决定理论认为，自主需要是一种自我决定的心理需要，往往伴随着一种积极的体验和自由感。自我决定理论的创始人 Ryan 和 Deci 通过对自主支持和自主抑制两种不同环境的比较研究发现，自主需要满足更能激发个体的内在动机，即相对胜任需要和归属需要，自主需要满足对内在动机的影响最大。已有的实证研究也表明自主需要对于维持个体的最佳效能和幸福感尤为重要[7]。学者们聚焦自主需要，探讨工作特征、组织情景因素、管理风格等如何通过自主需要的满足和自主需要挫败等影响个体的内在动机[8]-[11]。因此本文旨在以自我决定理论的视角探究如何促进中学生学习自主性的发展。

2.3. 自我决定理论的重要性

2.3.1. 理论贡献

自我决定理论为动机研究提供了新的方向和视角，将动机按自我决定程度的高低视作一个连续体，动态地观察各种动机类型，有效地评估学习者的学习动机[5]。同时，自我决定认知动机理论是研究动机比较完整的理论框架，涵盖了较多的动机类型，为众多的动机理论的整合提供了基础。

2.3.2. 实践应用

在教育领域，教师可以运用自我决定理论来激发学生的内在动机，提供学生自主选择的机会，鼓励他们追求自己的兴趣和目标。教师还可以通过了解学生的动机需求，调整教学策略，创造更加有利于学生自我决定的学习环境，从而提升教学质量[12]。以及在学校的心理咨询辅导中，咨询教师可以运用自我决定理论来帮助学生认识到自身的内在动机和心理需求，从而建立积极的自我认同和自尊心[13]。

此外，在社会职场中，领导者可以运用自我决定理论来激发员工的内在动机，提供员工自主决策的机会，鼓励他们发挥自己的能力和潜力，从而提高工作效率和创新能力[14]。还可以通过满足员工的胜任力和归属感等情感需求来增强团队的凝聚力和向心力，促进团队的和谐与稳定[15]。

综上所述，在自我决定理论框架较具完整性及丰富的实践应用研究的基础上开展相关综述研究对从不同角度丰富该理论研究的内容具有十分重要的意义。

3. 学习自主性

学习自主性(learning autonomy)是指学生在学习过程中，能够独立设定学习目标、选择学习策略、管理学习时间和评估学习效果的能力。它不仅包括认知层面的自主学习能力，还涉及情感和社会层面的自主性(肖永松，2002)。研究表明，学习自主性与学习成绩、学习动机及学习满意度等密切相关[16] [17]。

3.1. 学习自主性对中学生的重要性

学习自主性对中学生而言，具有极其重要的意义，它不仅是学生个人成长的关键因素，也是适应未来社会发展的必要能力。

(1) 促进终身学习：在知识爆炸的时代，终身学习已成为不可或缺的能力。中学生若能培养起自主学习的习惯，就能在面对新知识、新技能时，主动寻求学习资源，持续自我提升，从而在未来的学习、工作和生活中保持竞争力。

(2) 培养解决问题的能力：在自主学习的过程中，学生不可避免地会遇到各种问题和挑战。通过独立思考、查阅资料、寻求帮助等方式解决问题，不仅能锻炼学生的思维能力，还能增强其面对困难时的勇气和信心，为将来解决更复杂的问题打下基础。

(3) 促进全面发展：自主学习不仅仅局限于课本知识，还涉及到课外阅读、社会实践、兴趣爱好等多个方面。通过自主学习，学生可以拓宽视野，增长见识，培养多方面的能力和素质，实现全面发展。

(4) 适应未来社会：随着科技的飞速发展和社会的不断进步，未来的工作环境将更加多变和复杂。只有具备自主学习能力的人，才能不断适应新环境、新挑战，保持竞争力。因此，对于中学生来说，培养学习自主性是适应未来社会的必然要求。

综上所述，学习自主性对中学生而言具有极其重要的意义。学校、家庭和社会应共同努力，为中学生创造有利于自主学习的环境和条件，帮助他们培养起这一关键能力。

3.2. 学习自主性与自我决定理论的关系

自我决定理论认为，自主需求是个体对自主性和自由选择的渴望[5]。在学习自主性中，学习者能够自主选择学习内容、学习时间和地点，这种自主性满足了学习者的自主需求。当学习者能够自主决定自己的学习活动时，他们会更加投入和专注，从而提高学习效果。

胜任需求是指个体对能力感和成就感的追求[5]。在自主学习过程中，学习者通过不断努力，克服困难，实现学习目标，从而获得胜任感。自主学习为学习者提供了更多的机会去挑战自己，通过解决问题和完成任务来提升自己的能力，进而满足胜任需求。

归属需求是指个体与他人建立积极关系的愿望[5]。在自主学习中，学习者可以与志同道合的人交流、分享，形成学习共同体，满足归属需求。自主学习不仅是个体的活动，也是社会性的活动。学习者在自主学习过程中可以与他人合作、交流，共同解决问题，从而增强归属感和团队协作能力。

自我决定理论将人类行为分为自我决定行为和非自我决定行为。自我决定行为是基于个体的自主选择和内在动机的行为，而非自我决定行为则更多地受到外在因素的控制[4]。在自主学习中，学习者的行为更多地表现为自我决定行为，他们根据自己的兴趣和需求来选择学习内容和学习方式，这种自主性有助于激发内在动机和提高学习效果。

学习自主性与自我决定理论密切相关。自我决定理论为理解学习自主性提供了理论支持，认为学习自主性是满足个体自主需求、胜任需求和归属需求的重要途径。通过自主学习，学习者能够自主选择学习内容、制定学习计划、调整学习策略并评估学习效果，从而激发内在动机、提高学习效果并培养终身学习能力。因此，在教育实践中，应鼓励和支持学习者的自主学习行为，为他们提供更多的自主选择和自我管理的机会。

4. 中学生学习自主性的发展现状

近年来，中学生学习自主性的发展受到了广泛关注，成为教育研究的重要课题。学习自主性不仅是学生在学习过程中主动参与和自我调控的能力，也是他们在面对学习挑战时展现出的独立思考和解决问题的能力。研究表明，当前中学生的学习自主性发展状况呈现出一定的分化趋势。一方面，随着教育理念的转变，越来越多的学校开始注重培养学生的自主学习能力，实施以学生为中心的教学方法，鼓励学生设定学习目标、选择学习内容和评价学习成果。另一方面，部分中学生仍然依赖于教师的指导和传统的灌输式教学，缺乏必要的自我管理和学习策略，导致他们在面对复杂任务时表现出较低的自主性。具体表现在以下几个方面：

(1) 普遍意识到自主学习的重要性：多项调查结果显示，大多数中学生都意识到自主学习的重要性[18]。他们普遍认为，自主学习是提升自我、适应未来社会的重要途径。然而，这种意识并未能完全转化

为实际行动。

(2) 缺乏有效的自主学习策略：尽管学生意识到自主学习的重要性，但在实际操作中，很多学生缺乏有效的自主学习策略。许多学生没有形成良好的时间管理习惯，缺乏合理规划学习时间的能力，学生往往难以制定并执行合理的学习计划，导致学习效率低下[19]。

(3) 性别与学习自主性的差异：有研究发现，性别在学习自主性的发展中也起到了一定的作用[20]。男生在某些学习领域(如科学和数学)表现出更强的自主性，而女生在语言和人文学科中表现出较高的自主性[20]。这一发现提示我们在设计教学活动时，需要考虑性别差异，以更好地满足不同学生的需求。

(4) 技术的影响：随着信息技术的发展，数字化学习工具的使用为中学生的自主学习提供了新的机会[21][22]。研究表明，利用在线学习平台和教育应用程序，学生能够更灵活地安排学习时间和内容，从而提升学习自主性[23]。然而，技术的过度依赖也可能导致学习自主性的下降，因此教师需要合理引导学生使用技术。

5. 中学生学习自主性的影响因素

5.1. 个体因素

个体因素是影响中学生学习自主性的基础性因素，包括自我效能感、学习动机和个性特征等。(1) 自我效能感：Albert Bandura 提出的自我效能感理论认为，个体对自己完成某项任务的信心直接影响其行为表现。中学生如果具备较强的自我效能感，往往会更加积极主动地参与学习[24]。(2) 学习动机：学习动机是驱动学生学习行为的内在动力。曹筱萍(2007)对学生的内在动机和自主学习能力进行的实验研究表明，高水平的内在学习动机能够激发学生的学习兴趣，使其更加愿意自主探索和学习[25]。(3) 个性特征：个体的性格特征，如开放性、责任心等，也会影响其学习自主性。研究表明，高意志力水平的儿童更倾向于自主学习[26]。

5.2. 家庭环境

家庭环境对中学生的学习自主性有着深远的影响，包括家庭教育方式、父母的期望和支持等[16]。(1) 家庭教育方式：权威型的家庭教育方式往往能够培养孩子的自主性，而专制型和放任型的教育方式则可能抑制孩子的学习自主性。研究表明，父母的支持和引导能够有效提高孩子的学习自主性[27]。(2) 父母的期望：父母对孩子的期望水平直接影响孩子的学习动机和自主性。武俐，郭元祥等(2024)研究表明，过高的期望可能导致孩子的学习压力，而父母自主支持则能够激励孩子自主学习[28]。

5.3. 学校环境

学校环境是影响中学生学习自主性的另一个重要因素，包括教师的教学方法、课堂氛围和学校文化等。(1) 教师的教学方法：采用以学生为中心的教学方法，如探究式学习、项目式学习等，能够有效提高学生的学习自主性。教师的引导和反馈也对学生的自主学习能力有重要影响[29]。(2) 学校文化：健康积极的校风，班风对学生的自主性学习有显著正向预测作用[30]，并且 Kenner (2003)等研究者发现，学校里与学习有关的资源越多，越能促进学生的自主学习[31]。

5.4. 社会文化因素

社会文化因素对中学生学习自主性的影响主要体现在社会的教育观念、文化价值观和科技发展等方面。(1) 教育观念：社会教育观念的更新能够在一定程度上提高学生的自主学习能力和创新能力[32]。重视自主学习的社会文化环境能够有效促进中学生学习自主性的提高。(2) 科技发展：现代科技的发展为学生提供了丰富的学习资源和平台。学生可以通过互联网自主获取知识，从而提高其学习自主性[21]。

6. 中学生学习自主性的培养启示

自我决定理论强调个体在行为选择中的自主性、能力感和归属感，这些因素对学生学习自主性的培养具有重要的启示：

6.1. 满足学生的自主需求

(1) 提供选择权：教师应给予学生更多的学习选择权，如学习内容、学习方法和学习进度的选择。Reeve J (2004)等研究者发现，这种选择权能够激发学生的自主学习动机，让他们感受到自己是学习的主人。可以通过设置多样化的学习任务和工具，让学生有机会选择适合自己的学习方式，并参与制定学习目标和计划[29]。

(2) 鼓励自主决策：在学习过程中，教师应鼓励学生参与决策过程，如小组讨论、项目策划等，以培养他们的自主决策能力。研究显示，通过让学生自主决定学习路径和策略，可以增强他们的学习责任感和主动性[33]。

6.2. 满足学生的胜任需求

(1) 设定适当难度的任务：教师应根据学生的实际情况，设定适当难度的学习任务。这些任务既要有挑战性，又不能过于困难，以确保学生能够通过努力完成任务并获得成就感。

鼓励学生参与有一定挑战但难度适中的任务，可以帮助他们建立自信心和胜任感。

(2) 提供反馈和支持：在学生完成任务的过程中，教师应及时给予反馈和支持。相关研究表明，正面的反馈可以增强学生的自信心和动力[34]，而具体的建议和指导则可以帮助他们克服困难并不断进步[34]。

6.3. 满足学生的归属需求

(1) 建立积极的人际关系：教师应营造一个和谐、友好的学习环境，鼓励学生之间的交流和合作。张晓玮，崔雨(2021)等人研究表明，学生的情感需求与自主学习能力二者呈显著正相关[35]。教师可通过小组讨论、合作学习等方式，可以帮助学生建立积极的人际关系，增强归属感和集体荣誉感。

(2) 培养团队协作能力：教师应注重培养学生的团队协作能力，让他们学会与他人合作、沟通和协调。通过团队协作，学生可以学会相互支持、相互帮助，从而增强归属感和凝聚力。教师可以组织一些需要团队协作的任务和项目，让学生在实践中锻炼团队协作能力。

6.4. 激发内在动机

(1) 关注学习过程而非结果：教师应更多关注学生的学习过程而非仅关注学习结果。当教师重视学生的学习态度、方法和努力程度时，可以激发他们的内在动机和持续学习的动力[29]。

(2) 培养学习兴趣和爱好：教师应注重培养学生的学习兴趣和爱好，让他们对学习产生浓厚的兴趣和热情。通过激发学生的兴趣和爱好，可以激发他们的内在动机和自主学习能力[25]。

7. 结语

自我决定理论在中学生学习自主性发展中，通过强调自主需求、胜任需求与归属需求的满足，激发学生的内在动机，促使学生主动参与学习决策，提高自我管理能力，进而发展出更强的学习自主性。这一过程不仅提升了学习效率，还培养了学生的责任感和积极的学习态度。未来关于学习自主性研究的方向应聚焦于技术创新与个性化教育的融合。随着人工智能、大数据等技术的发展，如何利用这些工具为

学生提供定制化的学习资源和路径，将是重要研究方向。同时，如何培养学生的批判性思维和信息筛选能力，以应对信息过载的挑战，也是不可忽视的议题。此外，研究还需关注如何构建更加开放、协作的学习环境，激发学生的自主学习兴趣和动力，以及如何在家庭和学校间形成合力，共同促进学生的自主学习发展。

参考文献

- [1] Deci, E.L. and Ryan, R.M. (2000) The “What” and “Why” of Goal Pursuits: Human Needs and the Self-Determination of Behavior. *Psychological Inquiry*, **11**, 227-268. https://doi.org/10.1207/s15327965pli1104_01
- [2] 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>
- [3] 暴占光, 张向葵. 自我决定认知动机理论研究概述[J]. 东北师大学报, 2005(6): 141-146.
- [4] 刘丽虹, 张积家. 动机的自我决定理论及其应用[J]. 华南师范大学学报(社会科学版), 2010(4): 53-59.
- [5] Deci, E.L. and Ryan, R.M. (2012) Self-Determination Theory. In: Van Lange, P.A.M., Kruglanski, A.W. and Higgins, E.T., Eds., *Handbook of Theories of Social Psychology: Volume 1*, SAGE Publications Ltd, 416-437. <https://doi.org/10.4135/9781446249215.n21>
- [6] Harter, S. (1992) The Relationship between Perceived Competence, Affect, and Motivational Orientation within the Classroom: Processes and Patterns of Change. Cambridge University Press.
- [7] 卢新元, 卢泉, 王雪霖, 等. 自我决定 VS 他人促进: 基于长时面板数据的运动行为对主观幸福感的影响研究[J]. 情报科学, 2023, 41(5): 42-49.
- [8] 彭佳, 于海波, 杨振东. 乡村小学青年教师任教动机与职业幸福感的关系: 基于自我决定理论的聚类分析[J]. 当代教育与文化, 2023, 15(1): 84-95.
- [9] 卢慧敏. 创新工作要求对员工创新行为的影响机制研究: 自我决定理论的视角[D]: [硕士学位论文]. 南京: 南京财经大学, 2021.
- [10] 赵宜萱. 工作特征与新生代员工幸福感关系[D]: [博士学位论文]. 南京: 南京大学, 2016.
- [11] Zaman, U., Nawaz, S., Javed, A. and Rasul, T. (2020) Having a Whale of a Time: Linking Self-Determination Theory (SDT), Job Characteristics Model (JCM) and Motivation to the Joy of Gig Work. *Cogent Business & Management*, **7**, Article 1807707. <https://doi.org/10.1080/23311975.2020.1807707>
- [12] 刘宁宁, 陈晓瑜. 评价方式对教师教学质量的影响机制研究[J]. 教师教育研究, 2024, 36(2): 53-58.
- [13] 刘陈陵, 王芸. 来访者动机: 心理咨询与治疗理论与实践的整合[J]. 心理科学进展, 2016, 24(2): 261-269.
- [14] 毛孟雨, 张兰霞, 李佳敏. 自我决定理论视角下零工工作者自我领导对情绪劳动的作用机制研究[J]. 管理学报, 2023, 20(9): 1325-1334.
- [15] 黄雯怡, 宋典, 尹铁帅. 知识驱动的人力资源管理与员工越轨创新行为关系研究: 基于自我决定理论的视角[J]. 中国人力资源开发, 2023, 40(12): 84-95.
- [16] 张苑妮. 初中生父母教养方式、学习动机与自主学习的关系研究[D]: [硕士学位论文]. 广州: 广东技术师范大学, 2023.
- [17] 黄颖, 徐晓波. 高校课程思政育人效果如何?——基于大学生满意度、自主性与政治素养的实证分析[J]. 石家庄学院学报, 2024, 26(3): 138-144.
- [18] Thaintheerasombat, S. and Chookhampaeng, C. (2022) The Development of a Self-Awareness Skill for High School Students with the Process of Social and Emotional Learning. *Journal of Educational Issues*, **8**, 741-754. <https://doi.org/10.5296/jei.v8i2.20395>
- [19] Sebastian, T., Julia, W., Jens, F., et al. (2023) Self-Regulation of Resources in Higher Education: Strategic Learning Behaviour Mediates the Effect of Learning Strategy Knowledge on Academic Performance. *Zeitschrift für Pädagogische Psychologie*, 1-14. <https://doi.org/10.1024/1010-0652/a000374>
- [20] Modrek, A.S., Hass, R., Kwako, A. and Sandoval, W.A. (2021) Do Adolescents Want More Autonomy? Testing Gender Differences in Autonomy across Stem. *Journal of Adolescence*, **92**, 237-246. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2021.09.003>
- [21] Hartley, K., Hayak, M. and Ko, U.H. (2024) Artificial Intelligence Supporting Independent Student Learning: An Evaluative Case Study of ChatGPT and Learning to Code. *Education Sciences*, **14**, Article 120. <https://doi.org/10.3390/educsci14020120>

- [22] 宋凯, 于敬波, 于晗, 等. “互联网+教育”背景下大学生自主学习能力培养策略研究[J]. 长春师范大学学报, 2021, 40(4): 141-143.
- [23] Luo, Y., Lin, J. and Yang, Y. (2021) Students' Motivation and Continued Intention with Online Self-Regulated Learning: A Self-Determination Theory Perspective. *Zeitschrift für Erziehungswissenschaft*, **24**, 1379-1399. <https://doi.org/10.1007/s11618-021-01042-3>
- [24] Liu, F. (2024) Analysis of Self-Efficacy and Autonomy in English Learning among College Students in English Teaching. *Exploration of Educational Management*, **2**, 25-31.
- [25] 曹筱萍. 内在动机激发与英语自主学习能力培养[J]. 湖北经济学院学报(人文社会科学版), 2007, 4(3): 197-199.
- [26] 庞维国. 自主学习: 学与教的原理和策略[M]. 上海: 华东师范大学出版社, 2003.
- [27] 杨帆. 父母教养方式对小学生自主学习能力的影响研究[D]: [硕士学位论文]. 福州: 福建师范大学, 2018.
- [28] 武俐, 郭元祥. 父母自主支持与高中生学习投入: 意向性自我调节和学校联结的作用[J]. 心理与行为研究, 2024, 22(1): 64-70.
- [29] Reeve, J., Jang, H., Carrell, D., Jeon, S. and Barch, J. (2004) Enhancing Students' Engagement by Increasing Teachers' Autonomy Support. *Motivation and Emotion*, **28**, 147-169. <https://doi.org/10.1023/b:moem.0000032312.95499.6f>
- [30] 蒋娟, 冯晖. 班级社会心理环境与初中生学习自主性的关系[J]. 兵团教育学院学报, 2018, 28(3): 16-20, 31.
- [31] Kenner, C., Androwich, I.M. and Edwards, P.A. (2003) Innovative Educational Strategies to Prepare Nurse Executives for New Leadership Roles. *Nursing Administration Quarterly*, **27**, 172-179. <https://doi.org/10.1097/00006216-200304000-00011>
- [32] 董士勇. 更新教育观念提高学生自主学习能力和创新能力[J]. 山西教育(管理), 2017(12): 59.
- [33] 常攀攀. 中小学生学习责任感的行为结构模型建构[J]. 教育视界, 2024(23): 37-41.
- [34] 葛子刚. 远程英语课外阅读训练中的教师反馈效果研究[J]. 北京邮电大学学报(社会科学版), 2014, 16(1): 107-112.
- [35] 张晓玮, 崔雨. 积极心理学视域下英语学习者情感投入与自主学习能力关系研究[J]. 昭通学院学报, 2021, 43(5): 118-124.