

高教推動自主學習之問題與因應

謝才智

台南應用科技大學旅館管理系助理教授

一、前言

隨著高等教育環境的快速變遷，臺灣許多大學積極推動自主學習政策，以強化學生的學習成效與競爭力。「高等教育深耕計畫」近年來鼓勵各校導入多元自主學習機制，其中最具代表性的變革之一便是將傳統 18 週課程縮減為 16 週，使學生能夠運用額外兩週進行自主學習。此外，各大學紛紛制定自主學習相關辦法，提供專業指導與學習資源，期望培養學生的自我管理能力、問題解決能力與終身學習習慣。然而，這一改革對於大學教師的課程安排與教學方式帶來何種衝擊？學生是否能真正受益，抑或因缺乏自律與適當支援而影響學習成效？自主學習政策雖帶來新的教育契機，但其成效與挑戰仍值得深入探討，以確保這項改革能夠發揮最大效益，真正促進高等教育的創新與發展。

二、自主學習的理念與政策變革

自主學習（Self-directed Learning, SDL）強調學生在學習過程中的主動性與自我管理能力（Knowles, 1975）。根據 Garrison（1997）提出的自主學習理論，成功的自主學習需具備三個核心要素：自我監控（Self-monitoring）、自我管理（Self-management）與動機（Motivation）。然而，這些理論在實際應用中，往往受限於學習環境、學生能力以及配套措施的完善程度。臺灣的「高等教育深耕計畫」是政府推動自主學習的重要政策，其核心目標包括：

（一）課程週數調整：從 18 週縮短為 16 週，將兩週時間釋放給學生進行專題研究、跨領域學習、企業實習等活動。

（二）學習成果評估機制：透過學習歷程檔案（e-Portfolio）、自主學習報告等方式，評估學生的自主學習成效。

（三）導師與資源支持：設置專責指導教師、提供學習資源，確保學生能有效規劃與執行自主學習計畫。

然而，與國際趨勢相比，臺灣的自主學習政策仍面臨諸多挑戰。例如，芬蘭高等教育採取靈活學習制度，此制度指的是學生可以根據自身的興趣與需求，自主選擇課程內容、學習方式與進度。無論是跨領域修課、線上學習、混合式教學，或是彈性修業年限，制度都強調學習的個人化與自主性，鼓勵學生發展批判思維與實務能力，打造以學生為中心的學習環境。美國許多大學則透過「學習契約」

（Learning Contract）與學生共同規劃學習內容，並配有完善的導師機制（Brookfield, 2009）。「學習契約」是一種由學生與教師共同制定的協議，旨在明確規範學習目標、課程內容、評量標準及學習計劃。學生在契約中與導師一起設定個人學習目標，並規劃達成目標的具體步驟。這一過程不僅強調學術知識的掌握，也注重技能的發展與自我反思。導師在整個學習過程中扮演指導者的角色，提供專業的建議與支持，並定期檢視學生的進展，確保學生能夠按照契約達成預期的學習成果，從而達到更有目的性與效率的學習。相比之下，臺灣的大學雖然提供了自主學習時間，但學生如何有效利用這段時間仍存有諸多變數。此外，自主學習政策的推行往往與學生的自律性、教師的支持機制，以及學校的整體學習文化息息相關，若這些條件不足，則自主學習的成效可能大打折扣（Wang & Lin, 2023）。

從理論與實務的觀點來看，自主學習的有效性高度依賴學生的學習動機與學校提供的學習支持（柯思存，2020）。例如，在社會建構主義的觀點下（Vygotsky, 1978），學習是透過與環境及他人的互動而建構知識的過程，若缺乏適當的指導與資源，學生可能難以有效掌握學習內容。此外，實證研究顯示，若學生沒有適當的時間管理與學習策略，僅提供額外的自主學習時間並不足以提升學習成效（洪詠善，2020）。這顯示，臺灣的自主學習政策應進一步強化配套措施，如強化教師指導、設立學習顧問機制，並提供更明確的學習評估標準，以確保自主學習的實踐能有效提升學習成果。

（一）對大學教師的衝擊與挑戰

1. 課程設計的重新調整

課程週數的縮減使得教師需要在較短的時間內傳授原有課程內容，對於內容密集的學科（如工程、醫學等）特別具有挑戰性。例如，一門原需 18 週授課的專業課程在壓縮至 16 週後，教師不得不重新規劃課程架構、精簡內容，甚至刪除部分單元，這可能影響課程的完整性。此外，研究指出（張淑清、鄭凌淇、張慧珊，2023），短時間內過量輸入知識可能影響學生的理解與內化，降低學習品質。

建議對策：課程模組化與翻轉教學的應用。

（1）教師可將課程拆解為「模組化單元」，並利用混合式教學（Blended Learning）提升學生的學習彈性。

模組化單元：「模組化單元」是指將課程內容拆解成小的、相對獨立的學習

單元，每個單元通常圍繞一個特定的主題或技能。這種方式讓學生可以根據自己的學習需求和興趣，選擇性地學習不同的單元，而不是必須按固定的課程順序進行。這樣的設計可以提高學習的靈活性，並讓學生有更多的自由來調整學習進度與重點。

舉例：假設一門大學的計算機科學課程，原本可能有若干單一的長期課題，但通過模組化設計，這門課程可以拆解為「編程語言基礎」、「資料結構與演算法」、「網路安全」等單元。學生可以根據自己的興趣或職業需求選擇修讀這些模組，而不需要跟隨傳統的課程順序學習。

混合式教學（Blended Learning）：混合式教學是一種將線上學習與面對面學習相結合的教學方式，讓學生在靈活安排學習時間的同時，依然能夠享受與教師與同學的互動。這種模式通常將理論性較強的學習內容以線上方式提供，而實踐與互動的部分則安排為面對面的課堂活動。這樣的方式不僅能夠提升學習的靈活性，還能根據學生的需求調整學習方式，提高學習效率。

舉例：在一門商業管理課程中，教師可以將核心的理論內容（例如市場分析、管理策略等）上傳至線上學習平台，讓學生可以在任何時間和地點進行學習和自我檢測。課堂上，學生則通過討論、案例研究與小組合作等方式進行互動學習，並有機會向教師尋求個別指導。這樣一來，學生既能享有自學的靈活性，又能從實體課堂中獲得更多的實踐經驗和個性化指導。

（2）引入翻轉教學（Flipped Classroom）模式，讓學生先透過線上資源預習，再於課堂進行深度討論，確保學習效果。

（3）在自主學習週安排「學習任務導向活動」，如小組專題討論或個人研究計畫，以補足因週數縮減可能遺漏的學習內容。

2.教學方式的轉變與負擔增加

為了應對課程週數的縮減，許多教師需增加數位教材，如錄製線上課程或提供補充學習資源。然而，並非所有教師皆具備數位教學的經驗，這使得部分教師面臨較大的適應壓力。此外，一些教師可能將自主學習週視為學生的「額外課程時間」，進一步加重學生的學習負擔（洪詠善，2020）。

建議對策：提供教師數位教學培訓與資源支援。

（學校應提供數位教學工作坊，協助教師掌握科技輔助教學工具（如 Moodle、Google Classroom 等）。

（1）設立教學助理（TA）支援計畫，協助教師管理自主學習週的學習活動與學生進度追蹤。

（2）建立線上資源共享平台，讓教師能夠互相交流教學策略，減少個別教師在教學適應上的負擔。

（3）重申自主學習週的核心理念，強調自主學習的目的在於培養學生的學習興趣與自主能力，避免將其當作補課或加重作業的工具。

（4）強化教師與學生的參與設計，提供教師相關培訓，並鼓勵學生參與學習內容規劃，讓活動更具彈性與貼近學生需求。

（5）建立回饋與持續優化機制，透過教師、學生與家長的意見回饋，定期檢討自主學習週的實施成效，確保學習負擔適度並持續優化。

3. 學習成效評估的困難

自主學習的多元性使得評估學生成效變得更加困難。教師通常依賴學習歷程檔案（e-Portfolio）或學習報告來衡量學生的學習成果，但評分標準往往因學生選擇的學習方式不同而難以統一，導致評量結果存在不一致性（Wang & Lin, 2023）。

建議對策：建立多元評量機制。

（1）設立一致的評量準則，例如運用學習計畫書、學習歷程記錄與成果展示等方式，以確保評量的公正與客觀性。

（2）鼓勵學生使用數位學習歷程平台，如 Mahara 或學校提供的電子學習歷程系統，以利教師追蹤學習進展。

（3）建立「自主學習成果展演機制」，讓學生透過作品發表、簡報或討論，展示學習成果，以取代單純的書面報告評量方式。

（二）對學生學習成效的影響

1. 學習動機與自律能力的考驗

自主學習理論強調學生的主動性與責任感（Garrison, 1997），但並非所有學

生皆具備良好的自律能力。研究顯示（柯思存，2020），學習自主性較低的學生若缺乏明確指導，學習成效可能大幅下降，甚至將自主學習週視為「額外假期」。

建議對策：設計個人化學習計畫與導師制度。

（1）要求學生於自主學習週前提交學習計畫，並由指導教師審核，確保學習目標清晰。

（2）設置學習夥伴機制（Peer Learning System），鼓勵學生彼此監督與交流學習進度，提高學習動機。「學習夥伴機制（Peer Learning System）」是透過將學生依興趣、能力或目標進行配對或分組，建立互相支持與監督的學習關係。學生可共同擬定學習計畫、訂立目標，並定期交流進度與回饋成果，以提升學習動機與自我管理能力。教師則扮演引導者角色，協助學生在合作中培養溝通與問題解決能力，最終可透過成果發表與團隊回顧，深化學習成效與同儕連結。

2. 學習資源與指導的需求增加

學生在自主學習期間仍然需要適當的指導與資源支持，然而，部分學校的學習諮詢與指導機制尚不健全，導致學生在規劃學習時感到無所適從。

建議對策：建立線上與實體學習支持機制。

（1）提供「自主學習工作坊」，教授時間管理、學習策略與研究方法。

（2）設置「線上學習諮詢中心」，讓學生在自主學習期間可獲得即時指導。

3. 自主學習的潛在優勢

儘管自主學習面臨挑戰，研究發現，當學生能夠有效規劃學習內容並獲得適當指導時，其學習成效可顯著提升（Hsiao & Cheng, 2024）。此外，自主學習培養學生的問題解決能力與跨領域思維，使其在未來職場更具競爭力。

建議對策：強化學習反思機制。

（1）要求學生於自主學習週結束後提交「學習反思報告」，強化學習成果內化。

（2）提供「跨領域自主學習專案」，鼓勵學生結合不同學科知識，提升綜合應用能力。

（三）因應對策與未來展望

1. 建立完善的學習支持系統

為確保自主學習能夠有效推行，學校應提供多元化的學習資源，包括開放式線上學習平台（如 Moodle、Coursera）與數位圖書館，以支持學生的自主學習需求。此外，應設立學習諮詢中心，由專業導師提供學習策略指導與時間管理建議，幫助學生克服自主學習的挑戰。另一方面，學校可推動學習社群（Learning Communities），讓學生透過小組討論、跨領域合作或師生共學等方式，提升學習成效與動機。同時，應安排專責導師（Mentor）或學習輔導員，定期追蹤學生學習進度，提供個別化的回饋與學習建議，確保學生能夠有效利用自主學習時間。

2. 強化教師的教學支援與培訓

自主學習的成功實施有賴於教師的適應與支持，因此學校應提供系統化的教師培訓，提升其數位教學能力與自主學習引導技巧。例如，學校可定期舉辦翻轉教學（Flipped Classroom）、問題導向學習（PBL）等創新教學法的工作坊，幫助教師設計適合自主學習的課程。此外，學校應設立教學助理（Teaching Assistants, TAs）制度，讓 TAs 協助教師管理自主學習課程，例如監督學生學習進度、解答學習問題，甚至進行部分評量工作，以減輕教師的負擔，提升教學品質。

3. 建立客觀且多元的學習評估標準

為確保自主學習的公平性與有效性，學校應制定明確的學習評估標準，並採取多元化的評量方式。傳統的筆試或報告難以全面衡量學生的自主學習成效，因此建議透過學習歷程檔案（e-Portfolio）、學習成果展示會、學習計畫書與反思報告等方式進行評估。此外，學校可導入形成性評量（Formative Assessment），讓學生在學習過程中獲得階段性回饋，而非僅透過期末成果評分。同時，可引入同儕評量（Peer Assessment），讓學生互相回饋學習成果，提升學習的主動性與互動性。這些機制不僅能確保學生真正投入自主學習，也能提高自主學習政策的整體成效。

三、結語

自主學習政策的推行為高等教育帶來新的契機與挑戰。雖然在實施過程中，學生與教師皆可能在課程規劃、學習動機及評量方式等方面遭遇困難，但透過適當的制度設計與支持機制，可有效提升自主學習的成效。從學生觀點來看，他們渴望在學習中擁有更多自主權與彈性，但也同時需要明確的指引與資源協助，特

別是在時間管理、自我規劃與學習策略的培養上。若能透過強化學習資源、完善教師培訓與建立多元評量機制，不僅有助於提升學生的自律與學習責任感，更能進一步培養其問題解決能力、跨領域思維與終身學習習慣，增強未來競爭力。未來，大學應持續優化自主學習機制，強化師生雙方的適應與支持策略，並結合科技與創新教學法，打造更具彈性與效益的學習模式。唯有在學校、教師與學生三方共同努力下，自主學習才能發揮其真正價值，推動高等教育朝向更具自主性與創新性的方向發展。

參考文獻

- 林子斌（2022）。新加坡高等教育國際化實踐—脈絡，政策與特色。**大學國際教育：趨勢，問題與展望**，405。
- 柯思存（2020）。創新教學對大學生自主學習與學習成效的影響（未出版之碩士論文）。國立暨南國際大學，南投縣。
- 洪詠善（2020）。停課不停學：當自主學習成為日常。**課程研究**，15(1)，15-33。
- 張淑清、鄭凌淇、張慧珊（2023）。自主學習策略在大學課堂教學運用之探究。**臺灣教育評論月刊**，12(9)，94-100。
- 梁信筌（2022）。高等教育自主學習計畫方案理論之分析（未出版之碩士論文）。國立暨南國際大學，南投縣。
- 黃裕元、林新發（2025）。人本 AI 下臺灣高等教育轉型的機會，挑戰與因應策略。**臺灣教育評論月刊**，14(1)，117-125。
- Brookfield, S. (2009). Self-directed learning: Theory and practice. *Adult Education Review*, 59(2), 101-115.
- Garrison, D. R. (1997). Self-directed learning: Toward a comprehensive model. *Adult Education Quarterly*, 48(1), 18-33.
- Hsiao, C., & Cheng, T. (2024). Enhancing student autonomy through self-directed learning programs. *Higher Education Studies*, 42(1), 22-39.
- Knowles, M. S. (1975). *Self-directed learning: A guide for learners and teachers*. Association Press.
- Vygotsky, L. S. (1978). *Mind in society: The development of higher psychological processes*. Cambridge, MA: Harvard University Press.

- Wang, Y., & Lin, H. (2023). The impact of self-directed learning policies in higher education. *Journal of Educational Research*, 35(4), 67-85.

