BY: Dr. Hameeda Shaheen (Guest Faculty),
Department of Psychology, Raja Singh College, Siwan.

अधिगम या सीखना (LEARNING)

जन्म के बाद एक शिशु बहुत ही कम मात्रा में अनुक्रियाएँ करता है। परंतु जैसे-जैसे उसकी आयु बढ़ती जाती है, उसमें अनुक्रियाओं को करने की क्षमता बढ़ती जाती है। वह विभिन्न उद्दीपकों की पहचान कर उसके प्रति अनुक्रिया करना सीख लेता है। अधिगम एक बहुत ही व्यापक शब्द है। अतः मनोवैज्ञानिकों ने अधिगम को वैज्ञानिक ढंग से परिभाषित करने की कोशिश की है। सामान्य अर्थ में अधिगम व्यवहार में परिवर्तन को कहा जाता है। परन्तु सभी तरह के व्यवहार में हुए परिवर्तन को सीखना नहीं कहा जा सकता है। व्यवहार में परिवर्तन थकान, दवा खाने से, बीमारी, परिपक्वता आने से भी होते हैं। परन्तु ऐसे परिवर्तन को सीखना नहीं कहा जा सकता है। मनोविज्ञान में अधिगम से तात्पर्य सिर्फ उन्हीं परिवर्तनों से होता है जो अभ्यास (practice) या अनुभव (experience) के फलस्वरूप होता है। प्रायः इस तरह के परिवर्तन का उद्देश्य व्यक्ति को किसी दिये हुए वातावरण में समायोजन (adjustment) करने में मदद करने से होता है। अतः यह कहा जा सकता है कि अधिगम व्यवहार में किसी ऐसे परिवर्तन को कहा जा सकता है जो अभ्यास या अनुभव के फलस्वरूप होता है तथा जिसका उद्देश्य व्यक्ति को समायोजन करने में मदद करना होता है। (Learning refers to change in behavior as function of practice or experience with a view to make adjustment in the environment)।

विभिन्न मनोवैज्ञानिकों ने अधिगम की परिभाषा विभिन्न प्रकार से दी है, फिर भी उनके विचारों में इस पद के मूल अर्थ के बारे में काफी सहमति है।

मार्गन, किंग, विस्ज तथा स्कोपलर' (Morgan, King, Weisz & Schopler, 1986) के अनुसार– "अभ्यास या अनुभूति के परिणामस्वरूप व्यवहार में होनेवाले अपेक्षाकृत स्थायी परिवर्तन को अधिगम कहा जाता है।" ("Learning can be defined as any relatively permanent change in behaviour that occurs as a result of practice or experience.")

हरगेनहान (Hergenhan, 1988) ने अधिगम की परिभाषा इस प्रकार दी है– "अधिगम व्यवहार या व्यवहारात्मक अन्तःशक्ति में अपेक्षाकृत स्थायी परिवर्तन है जो अनुभूति के कारण होता है और जिसे अस्थायी शारीरिक अवस्थाओं जैसे वैसी अवस्थाएँ जो बीमारी, थकान या औषध आदि से उत्पन्न होते हैं, के रूप में आरोपित नहीं किया जा सकता है।" ("Learning is a relatively permanent change in behaviour or in behavioural potentiality that results from experience and cannot be attributed to temporary body states such as those included by illness, fatigue or drugs.")

उपर्युक्त परिभाषाओं का विश्लेषण करने पर हमें सीखने के स्वरूप के बारे में निम्नांकित बातें पता चलती है:-

Dr. Hameeda Shaheen, Deptt. of Psychology, Raja Singh College, Siwan.

1. अधिगम व्यवहार में परिवर्तन को कहा जाता है (Learning refers to change in behaviour):- अधिगम व्यवहार में परिवर्तन (अच्छा या बुरा) को कहा जाता है। कहने का तात्पर्य है कि सीखने में व्यवहार में परिवर्तन होता है। साइकिल चलाना सीखना, स्वेटर बुनना सीखना व्यवहार में अच्छे परिवर्तन के उदाहरण हैं। चोरी करना, झूठ बोलना आदि व्यवहार में बुरे परिवर्तन के उदाहरण हैं। सीखना में व्यवहार में इन दोनों तरह के परिवर्तनों को सम्मिलित किया जाता है।

2. व्यवहार में परिवर्तन अभ्यास या अनुभूति के फलस्वरूप होता है (The change in behavior occurs as a function of practice or experience):- व्यक्ति के व्यवहार में सिर्फ उसी परिवर्तन को सीखना कहा जाता है जो व्यक्ति द्वारा किये गये अभ्यास या अनुभव के परिणामस्वरूप होते हैं। व्यक्ति के व्यवहार में परिवर्तन थकान हो जाने से भी होता है, कभी दवा खा लेने से भी होता है या उसमें परिपक्वता आने से भी होता है परन्तु ऐसे सभी परिवर्तनों को सीखना नहीं कहा जाएगा क्योंकि वे अभ्यास या अनुभूति के परिणामस्वरूप नहीं हुए होते हैं।

3. व्यवहार में अपेक्षाकृत स्थायी परिवर्तन होता है (There is relatively permanent change in behaviour):- सीखने में व्यवहार में जो परिवर्तन होता है, वह अपेक्षाकृत स्थायी रूप से बना होता है। जो व्यक्ति टाइप करना सीख लेता है, वह उसे तुरंत भूल नहीं जाता है बल्कि उसे काफी दिनों तक याद रखता है ताकि वह भविष्य में ठीक ढंग से समायोजन (adjustment) कर सके।

स्पष्ट हुआ कि अधिगम से तात्पर्य व्यवहार में अच्छे या बुरे दोनों तरह के परिवर्तन से होता है। ऐसे परिवर्तन कुछ समय तक व्यक्ति में स्थायी रूप से बने होते हैं तथा वे अभ्यास या अनुभूति के फलस्वरूप होते हैं, अन्य किसी कारण से नहीं।

अधिगम के प्रतिमान (Paradigms of Learning)

अधिगम कई विधियों से होता है। इनमें से कुछ विधियों का उपयोग साधारण प्रकार की अनुक्रियाओं के अर्जन में होता है जबकि कुछ का उपयोग जटिल अनुक्रियाओं को प्राप्त करने में किया जाता है। अधिगम की सरलतम विधि को अनुबंधन (conditioning) कहा जाता है। इसके दो प्रमुख प्रकार पाए गए हैं। पहला प्राचीन अनुबंधन (classical conditioning) कहलाता है तथा दूसरा क्रियाप्रसूत नैमित्तिक अनुबंधन (operant/instrumental conditioning)। इसके अतिरिक्त, प्रेक्षणात्मक अधिगम (observational learning), संज्ञानात्मक अधिगम (cognitive learning), वाचिक अधिगम (verbal learning), संप्रत्यय अधिगम (concept learning) एवं कौशल अधिगम (skill learning) भी होते हैं।

Dr. Hameeda Shaheen, Deptt. of Psychology, Raja Singh College, Siwan.