

B.A Part-1 (Hons.& Sub.) Paper- General Psychology
Topic- Learning. Study material by Dr. Prabha Shree
(Guest Faculty, Deptt of Psychology Vaishali Mahila
College, Hajipur)

सामान्य रूप से सीखना व्यवहार में परिवर्तन है परंतु सभी प्रकार के व्यवहार में परिवर्तन को सीखना नहीं कहा जाता है क्योंकि व्यवहार में परिवर्तन थकान, दवा खाने से, बीमारी से या परिपक्वता आदि से भी होता है मनोविज्ञान में सीखने का तात्पर्य मात्र उन्हीं परिवर्तनों से होता है जो अभ्यास या अनुभूति के फलस्वरूप होते हैं सामान्यतः इस प्रकार का परिवर्तन का

उद्देश्य व्यक्ति को वातावरण में समायोजन करने में मदद करने से होता है।

मनोवैज्ञानिकों ने सीखने की परिभाषा अलग-अलग ढंग से दिया है। कुछ मनोवैज्ञानिक परिभाषाएं इस प्रकार हैं-

Sartain, North, Strange & Chapman (1973)
“सीखना एक ऐसी प्रक्रिया है जिसके द्वारा अनुभूति या अभ्यास के फलस्वरूप व्यवहार में अपेक्षाकृत स्थायी परिवर्तन होता है”

Morgan, King, Weisz & Schopler (1986)
“अभ्यास या अनुभूति के परिणामस्वरूप व्यवहार में होने वाले अपेक्षाकृत स्थायी परिवर्तन को सीखना कहा जाता है”

Hergenhahn (1988) के अनुसार “ सीखना व्यवहार या व्यवहारात्मक अंतःशक्ति में अपेक्षाकृत स्थायी परिवर्तन है जो अनुभूति के कारण होता है और जिसे अस्थायी शारीरिक अवस्थाओं जैसे वे अवस्थाएं जो बीमारी, थकान या औषधि लेने आदि से उत्पन्न होते हैं के रूप में आरोपित नहीं किया जा सकता है”

उपरोक्त परिभाषाओं का यदि संयुक्त विश्लेषण किया जाए तो सीखने का स्वरूप बहुत कुछ स्पष्ट हो जाता है और हम निम्नांकित निष्कर्ष पर पहुंचते हैं -

- सीखना व्यवहार में परिवर्तन को कहा जाता है।
- व्यवहार में परिवर्तन अभ्यास या अनुभूति के फलस्वरूप होता है।
- व्यवहार में अपेक्षाकृत स्थायी परिवर्तन होता है।

सीखने का यदि हम विश्लेषण करें तो हम पाएंगे कि सीखना कई प्रकार का होता है जैसे-

- गत्यात्मक सीखना (Motor Learning)
- शाब्दिक सीखना (Verbal Learning)
- समस्या समाधान (Problem Solving)

गत्यात्मक सीखना:- गत्यात्मक सीखने में क्रियाओं के स्वरूप और क्रियाओं की गति पर ध्यान दिया जाता है। जैसे- साइकिल चलाना, गिटार बजाना आदि। गत्यात्मक सीखने के संदर्भ में यह तथ्य महत्वपूर्ण है कि हम सदैव इसे अलग करके नहीं देख सकते क्योंकि अन्य प्रकार के सीखने में भी इसका योगदान रहता है।

शाब्दिक सीखना:- शाब्दिक सीखना में संकेतों, चित्र, शब्दों, अंकों आदि के माध्यम से सीखना होता है। इस प्रकार के सीखने में सार्थक तथा निरर्थक दोनों ही प्रकार की सामग्री का प्रयोग किया जाता है।

समस्या समाधान:- इस प्रकार के सीखने में प्रयोज्य को बहुत सी प्रतिक्रियाओं में से सही प्रतिक्रिया को चुनना होता है। इसमें प्रयोज्य अभ्यास, प्रयत्न, भूल तथा अंतर्दृष्टि आदि का महत्वपूर्ण योगदान होता है।

सीखने की विधियां (Methods of Learning)

किसी भी विषय या पाठ को सीखने के लिए जिस तकनीक का सहारा लिया जाता है उसे सीखने की विधि कहते हैं। सीखने की अनेक विधियां हैं परंतु निम्नलिखित विधियां अत्यंत महत्वपूर्ण हैं-

- अविराम तथा विराम विधि (Massed and Space Method)
- पूर्ण एवं अंश विधि (Whole and Part method)
- अभिप्राय सीखना तथा प्रासंगिक सीखना (Intentional learning and Incidental learning)

अविराम तथा विराम विधि:- जब व्यक्ति किसी पाठ या विषय को बिना विश्राम लिए लगातार अभ्यास करते हुए सीखता है तो वह अविराम विधि कहलाती है जबकि यदि व्यक्ति विश्राम लेकर सीखता है तो यह विराम विधि कहलाती है।

पूर्ण एवं अंश विधि:- जब व्यक्ति किसी पाठ तथा विषय को शुरू से लेकर अंत तक एक साथ पढ़ कर सीखता है तो उसे पूर्ण विधि तथा जब वह अपनी सुविधा के अनुसार विषय या पाठ को कई भागों में बांट कर सीखता है तो वह अंश विधि कहलाती है।

अभिप्राय सीखना तथा प्रासंगिक सीखना:-

जब व्यक्ति अपनी इच्छा से किसी पाठ या कार्य को सीखता है तो उसे अभिप्राय सीखना कहते हैं जबकि व्यक्ति यदि किसी कार्य को बिना किसी उद्देश्य या इच्छा से सीख जाते हैं तो उसे प्रासंगिक सीखना कहते हैं।