

نظریه های یادگیری

جلسه ششم

تنظیم کننده مطالب از کتاب روانشناسی پرورشی نوین نوشته دکتر علی اکبر سیف: **خانم سالاری**

دانشگاه فرهنگیان واحد شهید رجایی تربت حیدریه
نیمسال دوم تحصیلی ۹۹-۹۸



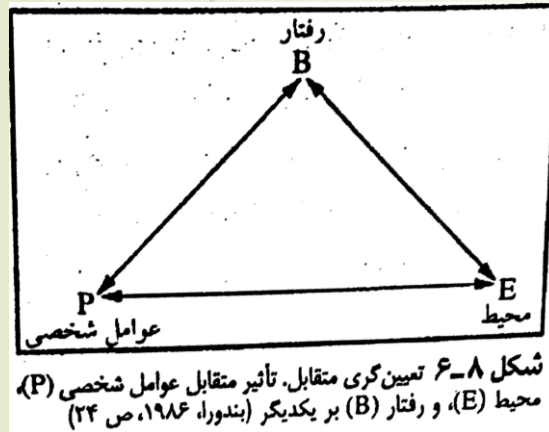
نظریه یادگیری اجتماعی آلبرت بندورا

Social Learning Theory

Albert Bandura: 1925

نظریه یادگیری شناختی - اجتماعی بندورا

آلبرت بندورا روانشناس کانادایی ابتدا این نظریه را نظریه یادگیری اجتماعی نامید. در ابتدا بیشتر شبیه نظریه های رفتاری بود اما با گذشت زمان به تدریج صورت شناختی به خود گرفت. وجه شباهت بین نظریه بندورا و نظریه های رفتاری این است که هر دو مفاهیم تقویت و تنبیه را مورد استفاده قرار می دهند. هر دو به وجود عوامل کنترل کننده رفتار باور دارند. اما در حالی که رفتار گرایان محرک های بیرون از فرد را مهم ترین عامل کنترل کننده رفتار او می دانند، از نظر بندورا هم محرک های محیط زندگی فرد و هم عوامل شناختی در کنترل رفتار موثرند.



در نظریه بندورا کنترل رفتار بصورت یک الگوی سه عاملی نشان داده می شود.

*عوامل شخصی (باورها، انتظارات، نگرش ها، دانش، راهبردها و...)

*رویدادهای محیطی (فیزیکی، اجتماعی)

* و رفتارها (عملی، کلامی) فرد با یکدیگر تأثیر متقابل دارند و هیچ یک از این سه جز را نمی توان جدا از اجزای دیگر به عنوان تعیین کننده رفتار انسان به حساب آورد.

وی این تعامل سه جانبه را تعیین گری متقابل (جبر متقابل) نامیده است.

رویدادهای محیطی بر رفتار تأثیر می گذارند، رفتار محیط را تحت تأثیر قرار می دهد، عوامل شخصی نیز بر رفتار اثر می گذارند.



انسان ها از طریق مشاهده یاد می گیرند



فرایندهای ذهنی نیز در یادگیری اهمیت دارند



یادگیری لزوما باعث تغییر در رفتار نمی شود

آزمایش بندورا یا عروسک بوبو



در یک آزمایش معروف و تأثیرگذار که به آزمایش عروسک بوبو شهرت یافت، آلبرت بندورا و همکارانش فرضیه‌ی "پرخاشگری و خشونت رفتارهایی آموختنی هستند" را مورد آزمایش قرار داده و نشان دادند کودکان از الگوی بزرگسال، پرخاشگری را یاد می‌گیرند.

طبق تئوری یادگیری اجتماعی بندورا، یادگیری از طریق مشاهدات و تعامل با افراد دیگر انجام می‌شود. به عبارتی مردم اقدامات یک دیگر را مشاهده کرده و از هم تقلید می‌کنند.

یادگیری از راه مشاهده:

بندورا گفته است : یادگیرنده از طریق مشاهده رفتار دیگران به یادگیری می پردازد . به این صورت :
وقتی یادگیرنده (مشاهده کننده) رفتار شخص دیگری را مشاهده می کند که آن شخص برای انجام آن رفتار پاداش یا تقویت دریافت می نماید آن رفتار توسط فرد مشاهده کننده آموخته می شود . به این نوع پاداش یا تقویت، **تقویت جانشینی** می گویند.

مثلا: زمانی که معلم یکی از دانش آموزان کلاس را برای حل کردن مسئله از یک راه تازه ، مورد تقویت قرار می دهد ، دانش آموزان دیگر روش این دانش آموز را سرمشق قرار می دهند و می کوشند تاهمان راه حل را در مسائل خود به کار ببندند.

علاوه بر تقویت جانشینی در یادگیری از راه مشاهده **تنبيه جانشینی** هم موثر است .
مثال : اگر مامور راهنمایی رانندگی راننده ای را به سبب سرعت زیاد در یک خیابان درون شهری جریمه کند ، رانندگان دیگر که شاهد این جریان هستند ، هنگام رانندن اتومبیل خود در آن خیابان آهسته تر خواهند راند.

*اگر رفتار الگو یا شخصی که سرمشق قرار می گیرد با تقویت یا تنبيه دنبال شود ؛ این تقویت و تنبيه بر رفتار شخصی که آن رفتار را مشاهده می کند نیز تاثیر می گذارد.

مراحل یادگیری از راه مشاهده :

در این نظریه یادگیرنده از راه مشاهده الگوبرداری (مدلینگ) نام دارد. الگو برداری بصورت ایجاد تغییرات شناختی ، عاطفی و رفتاری بر اثر مشاهده رفتارها یا توضیحات دیگران . هرچند بسیاری از الگوهایی که ما در زندگی مشاهده می کنیم ، الگوهای زنده یعنی انسانها هستند ، اما همچنین از الگوهای نمادین مانند شخصیت افسانه ای که در فیلم و تلویزیون می بینیم یا از رادیو می شنویم یا در کتاب و مجله و روزنامه می خوانیم تاثیر می پذیریم .

- | | |
|----------------------------|--|
| ۱- مرحله توجه | } مراحل یادگیری از راه مشاهده (الگو برداری) |
| ۲- مرحله به یاد سپاری | |
| ۳- مرحله باز آفرینی | |
| ۴- مرحله انگیزشی یا تقویتی | |

مرحله توجه :

برای یادگیری از راه مشاهده ، ابتدا باید به آنچه قرار است یادگرفته شود توجه کرد . عوامل زیادی در جلب توجه افراد دخالت دارند از جمله جذابیت ، شهرت ، شایستگی ، مورد احترام بودن ، مورد تحسین قرار داشتن فرد الگو. کودکان معمولاً والدین ، برادران و خواهران بزرگتر و معلمان خود را سرمشق قرار می دهند. نوجوانان بیشتر از قهرمانان ورزشی ، بازیگران سینما، شخصیت های مشهور تقلید می کنند .

*در رابطه با آموزش ، عواملی چون متمایز و مشخص بودن مطالب درسی ، قابلیت کاربرد ، جذابیت آنها بر میزان توجه دانش آموزان تاثیر می گذارد . کوشش معلم در متمایز ساختن مطالب مهم درس و جذاب ساختن آنها برای یادگیرندگان به ویژه در آموزش به کودکان حائز اهمیت است .

معلم باید بکوشد تا در آموزش مطالب مختلف توجه دانش آموزان را به جنبه های حساس و مهم درس جلب کند. این کار را می تواند از راه توضیحات روشن و تاکید بر نکات مهم انجام دهد.

علاوه بر عوامل سرمشق یا الگو که بر جلب توجه یاد گیرنده موثر هستند ویژگیهای خود یادگیرنده نیز موجب توجه کردن او سرمشق و یادگیری از راه مشاهده می شود. از جمله این عوامل : استعداد - آمادگی ادراکی و شناختی - سطح برانگیختگی را می توان نام برد.

مثلاً یک شخص نابینا به اندازه یک شخص کاملاً سالم از استعداد یادگیری از راه مشاهده برخوردار نیست . منظور از سطح برانگیختگی علاقه و اشتیاق یادگیرنده به یادگیری است .

۲- مرحله به یاد سپاری یا یاد داری :

در نظریه بندورا اعتقاد براین است که یادگیری طبق اصل مجاورت صورت می پذیرد و این یادگیری نیازی به تقویت و پاداش ندارد .

دورویداد مورد نیاز برای یادگیری از راه مشاهده عبارتند از:

توجه به عملکرد سرمشق (مرحله توجه)

بازنمایی نمادی آن عملکرد در حافظه دراز مدت (مرحله به یاد سپاری)

*بازنمایی اعمال مورد مشاهده به دو صورت تجسمی (تصویر ذهنی پدیده ها) و کلامی صورت می پذیرد. و این بازنمایی ها

برای یادداری یا نگه داری مطالب در حافظه واستفاده بعدی از آنها ضروری است .

*بازنمایی تجسمی : مثلا وقتی که امور مکررا در مجاورت با یکدیگر قرار گیرند باهم تداعی می شوند . مثل نام یک شخص که

مرتبا همراه با خود او می آید و عملا غیر ممکن است که پس از شنیدن نام آن شخص یک تصویر ذهنی از او در ما ایجاد

نشود.

۳- مرحله باز آفرینی : در سومین مرحله از یادگیری مشاهده ای ؛ رمزهای کلامی یا تجسمی ذخیره شده در حافظه بصورت

اعمال آشکار در می آیند .

انجام این مرحله از سوی دانش آموز به معلم امکان می دهد تا نحوه عملکرد دانش آموز را در مقایسه با آنچه که قرار بود

بیاموزد ارزیابی کند.

گاه مشاهده می شود که دانش آموز تنها قسمتی از آنچه را که دیده رمز گردانی کرده و بیاد می آورد . برای مثال دانش آموزان ممکن است در عملکرد خود نشان دهند که تنها قسمتی از راه حلی را که معلم برای حل معادلات دوجمله‌ای شرح داده است یا گرفته اند . بنابراین معلم باید به آنها کمک کند تا تمام آنچه را که لازم است بیاموزند . کم و کسرهای یادگیری تنها در صورتی معلوم خواهد شد که معلم از یادگیرندگان بخواهد تا آنچه را که مشاهده کرده اند عملاً نشان دهند.

***بازخورد اصلاحی :** یعنی اینکه بازخورد ساده بدون همراهی با تقویت یا تنبیه ؛ بر رفتار یادگیرنده تأثیرات سازنده ای به جای می گذارد .

مثلا : دادن اطلاعات فوری به یادگیرندگان در مورد پاسخهای نا مناسبشان پیش از آن که این پاسخ ها بصورت عادت های بد در آیند ، از تدابیر خوب آموزشی است . وقتی به دانش آموزان می گوئیم که هنگام نوشتن مدادشان را محکم تر در دست بگیرند اطلاعاتی را در اختیارشان می گذاریم که برای یادگیری مهارت مورد نظر به آنان کمک می نماید.

۴- مرحله انگیزشی :

اگر یادگیرنده به خاطر انجام رفتاری که از راه مشاهده آموخته است تقویت دریافت نماید به انجام آن رفتار خواهد پرداخت. اما اگر انجام آن رفتار تقویتی به دنبال نیاورد و تنبیه داشته باشد آن رفتار را انجام نخواهد داد. بنابراین یادگیری اجتماعی و نظریه شرطی سازی رفتار کنشگر در باره ی تاثیر تقویت اتفاق نظر دارند ، اما اختلاف عمده آنها در این است که در نظریه یادگیری اجتماعی تقویت بر انگیزش یادگیرنده برای انجام عملکرد موثر است و در یادگیری نقش زیادی ندارد. در صورتی که در نظریه شرطی سازی کنشگر اعتقاد بر این است که تقویت موجب یادگیری رفتار می شود .

* تمایز بین یادگیری و عملکرد بنا به گفته بندورا نظریه یادگیری اجتماعی بین یادگیری و عملکرد فرق قائل می شود زیرا افراد تمام آنچه را که یاد می گیرند به عمل در نمی آورند .

*ادوارد تولمن از نخستین کسانی بود که برای متمایز ساختن یادگیری از عملکرد سعی بسیار کرد. اکثر پژوهشهایش به آزمایش با موشها در یادگیری گذشتن از مازهای پیچیده اختصاص داشت.

معتقد بود موشی که را خود را از میان لانه های پیچ در پیچ ماز به مقصد پیدا می کند یک تصور شناختی از ساختمان ماز یا به تعبیر خود او یک نقشه شناختی را یاد می گیرد، نه یک رشته چرخش به راست و چپ.



تولمن این نوع یادگیری را **یادگیری نهفته** نامید.

یادگیری نهفته به آن نوع یادگیری اشاره می کند که در زمان یادگیری با عملکرد آشکار نشان داده نمی شود. این یادگیری نیازی به تقویت یا پاداش ندارد. اما بعد که تقویت مناسب ظاهر می شود آنچه که قبلاً یادگرفته است به عمل در می آید.

برای مثال: اطلاعات و دانش خود را از مسیرهای مختلف در شهرتان در نظر بگیرید. هرروزه شما مسیرهای مختلفی را می پیمایید و مکان جغرافیایی مختلفی را در شهرتان یاد می گیرید. با اینحال این یادگیری پنهان است چرا که شما از آن استفاده زیادی نمی کنید. تنها زمانی که نیاز به پیدا کردن مکانی خاص داشته باشید، مثل نزدیکترین کافی شاپ یا ایستگاه اتوبوس، در آن صورت شما باید آنچه را یادگرفته اید تصویرسازی و استفاده کنید.

*یادگیری ممکن است در غیاب عوامل انگیزشی یعنی تقویت و پاداش صورت پذیرد اما تبدیل آن به عملکرد قابل مشاهده نیاز به عوامل انگیزشی دارد.

به سخن دیگر: در نظریه یادگیری شناختی بندورا، پیامدهای مثبت و منفی رفتار عوامل برانگیزنده عملکرد به حساب می آیند نه عوامل ایجاد کننده یادگیری.

خود نظم دهی :

یکی دیگر از مفاهیم مورد تاکید در نظریه شناختی - اجتماعی بندورا مفهوم یادگیری خود نظم دهی (یادگیری خودسامانی) است.

منظور از خود نظم دهی تولید و هدایت اندیشه ها؛ هیجان ها ، و رفتارها توسط خود فرد به منظور رسیدن به هدف است. یادگیرندگان خود سامانگر فعال اند و به کمک نظارت و راهبرد ، یادگیری خود را به طور موثر سامان می دهند.

* مفهوم خود نظم دهی شبیه به مفهوم خودکنترلی است . خود کنترلی یا کنترل شخصی ، به توانایی فرد در کنترل رفتار خود در غیاب تقویت یا تنبیه گفته می شود . مثلاً کودکی که یاد گرفته است به دستورات معلمش عمل کند و این کار را در غیاب معلم نیز انجام می دهد به خود کنترلی رسیده است .

* در قیاس با خود کنترلی ، خود نظم دهی ، استفاده مدام از مهارت های خود کنترلی در موقعیت های تازه است .

* خود نظم دهی حاصل تعامل میان سه جزء الگوی تعیین گری متقابل بندورا یعنی ویژگی های شخصی ، الگوهای رفتاری و عوامل محیطی است .

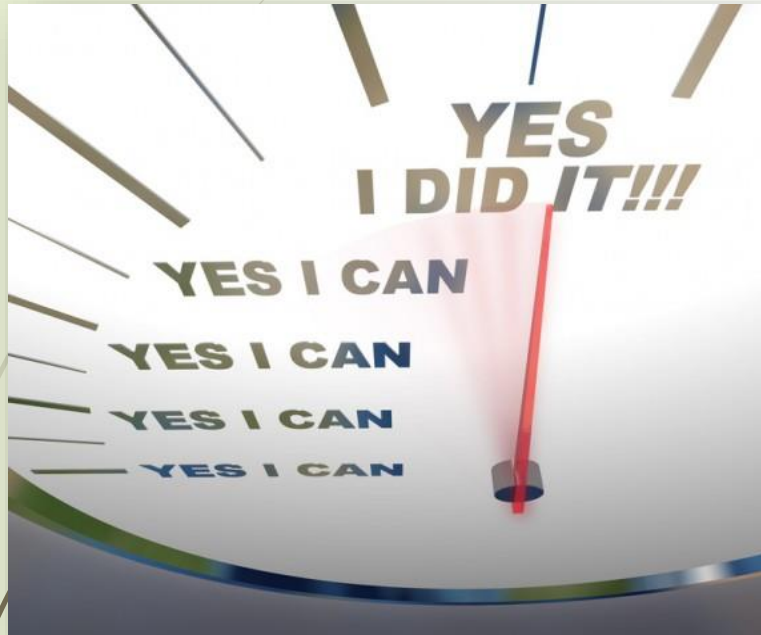
* یکی از ویژگی های شخصی که در خود نظم دهی تاثیر زیادی دارد **خود کارآمدی** است .

نقش خود کارآمدی در خود نظم دهی :

خود کارآمدی یعنی داوری فرد در باره اینکه در برخورد با یک موقعیت به چه خوبی (یا به چه بدی) عمل خواهد کرد .

مثال : دانش آموزی که برای ریاضیات دارای خودکارآمدی سطح بالاست از این احساس برخوردار است که با هر مشکلی که در رابطه با درس ریاضی روبه رو شود از عهدش برخواهد آمد. در مقابل دانش آموز دارای خود کارآمدی سطح پایین در ریاضیات ، از احساس کسب موفقیت در رابطه با مسائل ریاضی برخوردار نیست و حتی برای امتحان آن درس ممکن است خودش را آماده نکند، زیرا فکر می کند که هر اندازه زحمت بکشد فایده ای نخواهد داشت .

*مفهوم خود کارآمدی با مفهوم **خودباوری (عزت نفس)** رابطه ی نزدیکی دارد. خود باوری یا عزت نفس به ارزشیابی کلی فرد از خودش گفته می شود ، در حالی که خود کارآمدی به احساسی که فرد از توانایش در یک زمینه خاص دارد اشاره می کند .



اصطلاح دیگری که در اینجا لازم است به آن اشاره کنیم مفهوم خود (خود پنداره) است .
توصیف فرد از شایستگی ها خودش، به اصطلاح عزت نفس به عنوان نظر کلی فرد نسبت به خودش .
اما تفاوت آنها در این است که مفهوم خود جنبه شناختی دارد ولی عزت نفس از بار عاطفی برخوردار است .

*شخصی که نتیجه ارزشیابی از خودش مثبت است خود را کارآمد تشخیص می دهد وبا علاقه و پشتکار به انجام کارها می پردازد. زیرا معتقد است که می تواند پیشرفت بیشتری داشته باشد . کسی که از نتایج خود سنجش اش خیلی راضی نیست الزاما سطح خود کارآمدی وانگیزش اش را برای کوششهای بیشتر کاهش نمی دهد به شرط آنکه بر این باور باشد توانایی موفق شدن را دارد ، اما روشی که تاکنون به کار بسته نادرست بوده است .

اینگونه دانش آموزان می توانند فرآیندهای خود سامانی یا خود نظم دهی را از راه سخت کوشی استقامت و انتخاب راهبرد دیگر ونیز کمک گرفتن از معلمان ودوستان تغییر دهند.

پس از اینکه دانش آموز توانایی خود سامانی را کسب کرد ، هر چه بیشتر یادگیری اش را خودش نظم دهد ، به همان نسبت به انجام کارهای مدرسه موفق تر خواهد بود .

هم نظم دهی :

دانش آموزان خردسال در ابتدا نیاز دارند تا دیگران فعالیتهای یادگیری آنان را نظم بدهند. از این رو معلمان برایشان تعیین هدف می کنند ، برنامه می ریزند، معیار عملکرد مشخص می کنند و به سنجش عملکرد آنان می پردازند . اما پس از مشاهده و یادگیری ، این کودکان به تدریج مسئولیت فعالیتهای فوق را خود به عهده می گیرند و معلمان نیز ، با افزایش پیشرفت اختیارات بیشتری به آنها می دهند. درنهایت یادگیری به صورت یک فعالیت هم نظم داده شده در می آید .

*منظور از هم نظم دهی (هم سامانی) یکی فرآیند همیاری است که در آن معلم و دانش آموز مشترکا فعالیت تحصیلی را طراحی می کنند ، بر آن نظارت می نمایند و از آن ارزشیابی به عمل می آورند .

طبق اصل هم سامانی ، وقتی که دانش آموزان معلم را مشاهده می کنند که به آنان یاری می رسانند ، در تصمیم گیری ها به آنان اختیارات می دهد ، فرصتهای را فراهم می آورد تا با تکالیف چالش انگیز درگیر شوند ، و از پیشرفتهایشان در شرایط غیر تهدید آمیز ارزشیابی به عمل می آورد ، با احتمال بیشتری به صورت یادگیرندگان خود سامان گر و شایسته در می آیند .

کاربردهای آموزشی نظریه یادگیری شناختی - اجتماعی:

الگوی یادگیری مشاهده ای می تواند معلم را در آموزش مهارتها وموضوعات مختلف یاری دهد .

موارد استفاده آن را می توان به نحو زیر خلاصه کرد :

آموزش رفتار ها ومهارتهای تازه : بسیاری از رفتارها ومهارتهای تازه ، مانند تلفظ لغات یک زبان خارجی ، انجام فعالیتهای ورزشی ، خوش نویسی ، حل مسائل مختلف درسی ، طرز لباس پوشیدن وجز این ها عمدتا از راه مشاهده رفتار دیگران آموخته می شوند . معلمان یکی از الگوهای ارزشمند در زندگی دانش آموزان هستند . آنها باید از این امکان یادگیری حداکثر استفاده را بنمایند . هر عملی که معلم انجام بدهد یا هر کلامی که به زبان آورد ممکن است سرمشق دانش آموزانش قرار گیرد . پس معلم باید در حضور دانش اموزان کمال دقت وشایستگی را از خود نشان دهد .

تشویق وترغیب رفتارهای قبلا آموخته شده : مشاهده رفتار واعمال دیگران نه تنها منجر به یاد گیری رفتارهای تازه می شود ، بلکه یادگیری های قبلا آموخته شده ای را که به دلیل نبودن مشوقهای لازم یا دلایل دیگر از فرد سر نمی زنند نیز نیرومند می سازد . برای همه ما اتفاق افتاده که در موقعیت های ناشناس منتظر انجام عملی از سوی دیگران بوده ایم تا رفتار آنها را تقلید کنیم . مشاهده رفتار دیگران به ما می گویند کدام یک از رفتارهای قبلا آموخته شده خود را به کار بیندیم .

پایان



چنانچه مطلبی مبهم و یا سوالی داشتید و همچنین جهت ارائه کار عملی می توانید از طریق
آیدی تلگرام به آدرس

@salarii56

با هم در ارتباط باشیم.