Dr. Sarita Devi
Assistant Professor
Department of Psychology
Maharaja College, Ara

प्रेक्षणात्मक अधिगम (Observational Learning)

परिचय (Introduction):

प्रेक्षणात्मक अधिगम एक ऐसी अधिगम प्रक्रिया है जिसमें व्यक्ति दूसरों के व्यवहार, कार्यों, और उनके परिणामों को देखकर सीखता है। इस प्रकार का अधिगम सीधे अनुभव या अभ्यास से नहीं, बल्कि निरीक्षण (Observation) के माध्यम से होता है।

यह सिद्धांत अमेरिकी मनोवैज्ञानिक अल्बर्ट बंडूरा (Albert Bandura) द्वारा प्रस्तुत किया गया था। उन्होंने इसे **सामाजिक अधिगम सिद्धांत (Social Learning Theory)** का हिस्सा बताया।

बंडूरा का सामाजिक अधिगम सिद्धांत (Bandura's Social Learning Theory):

बंडूरा ने कहा कि मनुष्य केवल प्रत्यक्ष अनुभवों से नहीं, बल्कि दूसरों को देखकर भी सीखता है।

उन्होंने अपने प्रसिद्ध प्रयोग **"Bobo Doll Experiment"** (1961) से यह साबित किया कि बच्चे बड़ों के आचरण की नकल करके व्यवहार सीखते हैं।

Bobo Doll Experiment का विवरण:

बंडूरा ने बच्चों को तीन समूहों में बाँटा –

1. पहले समूह के बच्चों को दिखाया गया कि एक वयस्क व्यक्ति बोबो डॉल (फुलाने वाला खिलौना) को मार रहा है।

2. दूसरे समूह को दिखाया गया कि वयस्क व्यक्ति खिलौने के साथ प्रेमपूर्वक व्यवहार कर रहा है।

3. तीसरे समूह को कोई मॉडल नहीं दिखाया गया।

जब बाद में बच्चों को बोबो डॉल के साथ खेलने दिया गया, तो देखा गया कि –

पहले समूह के बच्चों ने आक्रामक व्यवहार दिखाया।

दूसरे समूह के बच्चों ने सौम्य व्यवहार किया।

तीसरे समूह के बच्चों का व्यवहार सामान्य रहा।

इससे यह सिद्ध हुआ कि बच्चे दूसरों के व्यवहार को देखकर सीखते हैं।

Edit with WPS Office

प्रेक्षणात्मक अधिगम की चार अवस्थाएँ (Four Stages of Observational Learning):

1. ध्यान (Attention):

अधिगम के लिए सबसे पहले व्यक्ति को मॉडल के व्यवहार पर ध्यान देना आवश्यक है।

उदाहरण: छात्र शिक्षक के व्यवहार को ध्यान से देखते हैं।

ध्यान आकर्षित करने वाले मॉडल वे होते हैं जो रोचक, सक्षम या प्रशंसनीय होते हैं।

2. स्मरण (Retention):

देखे गए व्यवहार को मस्तिष्क में सुरक्षित रखना ज़रूरी होता है ताकि बाद में उसे दोहराया जा सके।

उदाहरण: बच्चा याद रखता है कि माता-पिता ने किसी परिस्थिति में कैसे प्रतिक्रिया दी।

3. पुनरुत्पादन (Reproduction):

स्मृति में रखे व्यवहार को दोहराना या उसका अनुकरण करना।

उदाहरण: बच्चा भी उसी तरह बात करने की कोशिश करता है जैसे उसका शिक्षक करता है।

4. प्रेरणा (Motivation):

व्यक्ति तभी उस व्यवहार को अपनाता है जब उसे लगता है कि इससे उसे पुरस्कार (Reward) मिलेगा या सफलता (Success) प्राप्त होगी।

यदि व्यवहार के परिणाम सकारात्मक हैं, तो व्यक्ति उसे दोहराता है।

प्रेक्षणात्मक अधिगम के प्रकार (Types of Observational Learning):

1. प्रत्यक्ष अनुकरण (Direct Imitation):

मॉडल के व्यवहार को तुरंत अपनाना।

जैसे बच्चा अपने पिता की बोलचाल की नकल करता है।

Edit with WPS Office

2. विलंबित अनुकरण (Delayed Imitation):

व्यवहार को बाद में किसी अवसर पर दोहराना।

जैसे बच्चा कुछ दिनों बाद वही काम करता है जो उसने किसी को करते देखा था।

3. प्रतीकात्मक अनुकरण (Symbolic Imitation):

टीवी, फिल्मों, या किताबों में दिखाए गए मॉडल से सीखना।

जैसे कार्टून देखकर बच्चा किसी हीरो की तरह व्यवहार करता है।

प्रेक्षणात्मक अधिगम को प्रभावित करने वाले कारक (Factors Influencing Observational Learning):

1. मॉडल का आकर्षण और स्थिति (Model's Status):

प्रसिद्ध, बुद्धिमान या सम्मानित व्यक्ति के व्यवहार की नकल अधिक की जाती है।

2. व्यक्ति की प्रेरणा (Motivation):

यदि व्यक्ति को लगता है कि उसे लाभ मिलेगा, तो वह व्यवहार को सीखता है।

3. परिणाम का प्रभाव (Effect of Consequences):

यदि देखा गया व्यवहार पुरस्कृत होता है, तो व्यक्ति भी वही करता है; यदि दंडित होता है, तो वह उससे बचता है।

4. व्यक्तिगत अंतर (Individual Differences):

आयु, रुचि, अनुभव और बुद्धि के स्तर के आधार पर सीखने की क्षमता अलग होती है।

शिक्षा में महत्व (Educational Importance):

1. शिक्षक और अभिभावक को सकारात्मक मॉडल बनना चाहिए।

2. बच्चों के लिए अच्छे उदाहरण प्रस्तुत करने चाहिए।

Edit with WPS Office

3. अनुकरणीय व्यवहार को प्रोत्साहित किया जाना चाहिए।

4. गलत व्यवहार को दंड की बजाय मार्गदर्शन से सुधारा जाना चाहिए।

5. शिक्षण प्रक्रिया में प्रेरणा और पुरस्कार का प्रयोग प्रभावी होता है।

निष्कर्ष (Conclusion):

प्रेक्षणात्मक अधिगम यह सिद्ध करता है कि सीखना केवल अभ्यास या अनुभव से नहीं, बल्कि दूसरों को देखकर, समझकर और अनुकरण करके भी संभव है। यह सामाजिक जीवन में व्यवहार, मूल्य और संस्कृति सीखने का महत्वपूर्ण माध्यम है।

Edit with WPS Office