**روانشناسی یادگیری**

**هیلگاد** روانشناس آمریکایی در یک تعریف جامع یادگیری را اینگونه تعریف می‌کند: " یادگیری یعنی؛ تغییر نسبتا پایدار در رفتار که بر اثر تجربه در توانایی‌های بالقوه فرد بوجود می‌آید."  
  
**دیدکلی** :  
  
•تفاوت سطح انسان قرن 21 با اجداد غارنشین را چه چیزی پر می‌کند؟  
•یادگیری در زندگی انسان چه نقشی دارد ؟  
•ایا یادگیری محدود به مدارس و آموزشگاهها است ؟  
نقش یادگیری در همه صحنه‌های زندگی نمایان است. یادگیری تنها آموختن مهارتی خاص با مطالب درسی نیست؛ بلکه در رشد هیجانی ، رشد شخصیتی ، تعامل اجتماعی انسان دخالت دارد. انسان یاد می‌گیرد که از چه چیزی بترسد، چه چیزی را دوست بدارد و کجا چگونه رفتار کند. در واقع نوزاد از همان لحظه تولد درگیر فرآیند یادگیری می‌شود و این توانایی است که باعث پیشرفت و تفاوت روزانه او تفاوت انسانهای یک نسل از انسانهای نسل قبل از خودشان می‌شود.  
  
فرآیند یادگیری با توجه به اهمیتش همیشه مورد توجه بوده و در این مورد دانشمندان بسیاری اظهار نظر ، پژوهش و نظریه پردازی کرده و جواب بسیاری از سوالات را روشن کرده‌اند، بطوری که می‌توان با صراحت و اطمینان در مورد اینکه "یادگیری چیست ؟ ، چگونه رخ می‌دهد و عوامل موثر کدام هستند ؟ " بحث کرد.   
**ویژگی‌های یادگیری**  
  
**تغییر در رفتار**  
یادگیری همره با "تغییر" است، به گونه‌ای که بعد از کسب یادگیری موجود زنده (از جمله انسان) رفتارش (بیرونی یا درونی) به یک روش یا حالت جدید تغییر می‌یابد. این تغییر هم در رفتارهای ساده و هم در رفتارهای پیچیده دیده می‌شود.   
  
**پایداری نسبی**   
درست است که یادگیری همراه با تغییر است ولی هر تغییری یادگیری محسوب نمی‌شود، بلکه تغییرات ناشی از یادگیری پایداری (Permanency) دارند؛ و تغییراتی که پایداری نداشته باشند را نمی‌توان به یادگیری نسبت داد (نظیر تغییرات ناشی از مصرف دارو یا مواد ، هیجانها ، خستگی و... که پس از رفع اثر دارو ، موضوع هیجان یا رفع خستگی و...تغییرات نیز ناپدید می‌شوند). فردی که مسئله یا چیزی را یاد گرفته است تغییرات حاصل از آن را همواره با خود دارد و در مواقع لازم به اجرا در می‌آورد.   
  
**توانایی‌های بالقوه**  
یادگیری در فرد نوعی توانایی ایجاد می‌کند، بدین معنی که " تغییرات پایدار در رفتار" نتیجه تغییر در "توانایی‌ها" است، نه تغییر در رفتار ظاهری. اگر طرف دیگر این توانایی‌ها همیشه مورد استفاده قرار نمی‌گیرند بلکه بعضی مواقع بصورت بالقوه هستند و هر وقت موقعیت و فرصت استفاده فراهم شود؛ از حالت بالقوه خارج و به حالت بالفعل (عمل) در می‌آیند. مثلا فردی که دوچرخه سواری را یادگرفته است، اگر موقعیت دوچرخه سواری برای او فراهم نباشد این توانایی بصورت بالقوه در فرد باقی می‌ماند و هر وقت موقعیت و فرصت دوچرخه سواری فراهم شود (مثلا یک دوچرخه در اختیار او قرار گیرد) این توانایی از بالقوه به بالفعل (حالت عمل) در می‌آید. این بدان معنی است که یادگیری هیچ وقت از بین نمی‌رود.   
  
**تجربه**  
هر نوع تغییر در توانایی‌های بالقوه زمانی یادگیری محسوب خواهد شد که بر اثر "تجربه" (Experience) باشند، یعنی"محرک‌ها" (عوامل) بیرونی و درونی بر فرد (یاد گیرنده) تاثیر بگذارد (نظیر خواندن کتاب ، گوش دادن به یک سخنرانی ، زمین خوردن کودک و فکر کردن در باره یک مطلب و ...) بدین ترتیب تغییرات پایداری که در توانایی افراد بوسیله عواملی به غیر از تجربه بدست می‌آید یادگیری محسوب نمی‌شود. تغییرات پایدار غیر تجربه‌ای بیشتر عوامل رشدی را دربر می‌گیرند (نظیر عضلانی شدن ، دندان درآوردن ، تغییرات بلوغ ، پیر شدن و ...).   
  
**یادگیری یا وراثت**  
بحث در مورد نقش یادگیری و وراثت (Inheritance) به سه نظریه متفاوت که هر یک طرفداران خود را دارند؛ منتهی می‌شود. گروه اول از این دیدگاه دفاع می‌کنند که "این وراثت است که رفتار و اعمال ما را شکل می‌دهد و یادگیری نقشی زیادی ندارد. گروه دوم به نقش مطلق یادگیری تاکید و وراثت را رد می‌کنند. اما در دهه‌های اخیر نظریه سومی نیز مطرح گردید که در آن بر نقش "تعاملی وراثت و یادگیری" تاکید شده است. هم از لحاظ نظری و هم از دیدگاه تحقیقی نظریه سوم بهترین دیدگاه و راهکار را دارد. از دیدگاه این گروه هیچ کدام مطلق نیستند، بلکه آنها کامل کننده یکدیگر هستند.   
  
"انسان موجودی یادگیرنده است اما انسان چیزی را یاد نمی‌گیرد، مگر آنکه قبلا در ساخت ژنتیکی‌اش ، توانایی‌ها و برنامه ریزی‌هایی وجود ندارند که مستقل از توارث باشد و هیچ رفتاری وجود ندارد که تحت تاثیر یادگیری قرار نگیرد مثلا کودکان بعد از سن معینی شروع به "خزیدند ، ایستادن و راه رفتن" می‌کنند (نقش وراثت) با این حال در ابتدا نواقص و مشکلات زیادی دارند که با گذشت زمان و در اثر تجاربی که بدست می‌آورند، آنها را اصلاح می‌کنند (نقش یادگیری).   
  
**نظریه‌های یادگیری**  
تداعی گرایی (Associationism)   
تداعی سنت گرایی از ارسطو فیلسوف یونانی باقی مانده است که در اواخر قرن نوزده و در اوایل قرن بیستم بصورت علمی و با عنوان‌های "شرطی سازی ، نظریه‌های محرک - پاسخ و رفتار گرایی" در آزمایش‌های پاولف (Pavlov )، ترندایک ( Thorndike) و اسکینر (Skinner) و ..." مورد مطالعه واقع شده است. این نظریات بر پیوند بین محرک‌ها و پاسخ‌ها تاکید و یادگیری را حاصل آن می‌دانند. این نظریات "شناخت ، تفکر " و هر فرآیندی را که قابل مشاهده مستقیم نباشد را مردود می‌دانند.  
  
**یادگیری اجتماعی** (Social Learning)   
نظریه یادگیری اجتماعی شکل دیگری از نظریه‌های تداعی گرا است که در کارهای البرت بندورا (Albert Bandura) و جولیان راتر (Julien Rotter) دیده می‌شود. این نظریه‌ها هم بر رابطه "محرک- پاسخ" تاکید دارند ولی در کنار آن بوجود "متغیرها و عوامل شناخت درونی" واسطه بین "محرک- پاسخ" اعتقاد دارند. این کار آنها بازتاب و تقویت کننده رویکردهای شناختی در روانشناسی است.  
  
**شناخت گرایی** (Cognitiveism)   
تاکید "رویکرد شناختی" معمولا ، بر ادراک (Perception) ، تصمیم گیری (Decision making )، پردازش اطلاعات و... است این نظریه‌ها در مخالفت با "تداعی گرایی افراطی" بوجود آمدند. در واقع این نظریه‌ها به جنبه‌هایی از فرآیند یادگیری توجه کردند که در نظریه‌های تداعی گرا کنار گذاشته و حتی مردود اعلام شده بود. از نظریه پردازان این حوزه می‌توان با نظریه‌های (Gestalt)، پردازش اطلاعات و ... اشاره کرد.   
  
**حافظه و یادگیری**   
به نظر می‌رسد انسان هر چه دارد (منظور پیشرفت‌ها) از برکت وجود حافظه (Memory) دارد. در واقع اگر حافظه نبود، شواهدی هم برای وجود یادگیری در دسترس نبود. گفته شده اگر حافظه نبود انسان مجبور بود هر لحظه و هر روز روشن کردن آتش را یاد بگیرد. بدین ترتیب حاقظه و یادگیری بطور جدایی‌ناپذیری باهم ارتباط دارند. حافظه ، یادگیری را با ذخیره کردن تجربیات و یکپارچه کردن آنها تسهیل می‌کند.   
  
برای ثبت ، نگهداری و بازخوانی موضوعات یادگرفته شده مراحل سه گانه "رمز گردانی (Coding)، اندوزش (Storage) و بازیابی (Retrieval) لازم است. و این سه مرحله خود در قالب انواع سه گانه حافظه یعنی حافظه فوری (Immediate Memory)، حافظه کوتاه مدت Short- Term Memory)) و حافظه بلند مدت (Long- Term Memory) مورد بررسی قرار می‌گیرد.   
  
**فیزیولوژی یادگیری و حافظه**   
تمام اتفاقات مربوط به یادگیری (چه از نوع تداعی و چه از نوع شناختی) و تمام مراحل و فرایندهای مربوط به حافظه در مغز انجام می‌گیرد. تحقیقات زیادی درمورد محل و موقعیت نورونهایی که با یادگیری و حافظه در ارتباط هستند، شده است تا به سوالاتی از قبیل "مکانیزم عصبی یادگیری و یادآوری چگونه است؟ ، چگونه خاطره‌ها نگهداری می‌شوند؟ و... پاسخ داده شود.  
  
این تحقیات به نظریه‌های زیاد و متفاوتی مانند نظریه تثبیت (Consolidation Theory) ، نظریه سنتز پروتئین (Portion Synthesis Theory) ، نظریه میانجی‌های عصبی (Neurotransmitter Theory) و... منجر شده است. اما باز هم اطلاعات و آگاهی انسان از فرایند دقیق این اعمال ناقص است و پژوهش‌هادر این زمینه ادامه دارد.  
  
**گستره روانشناسی یادگیری**  
کلید ورود به مطالعات و مباحث روانشناسی مطالعه و آگاهی از روانشناسی یادگیری است. روانشناسی یادگیری پایه‌ای برای درک و فهم سایر حوزه‌های روانشناسی است و سایر حوزه‌های روانشناسی نیز از نظریات و تحقیقات روانشناسی یادگیری استفادهای وسیعی می‌برند. در کنار این موضوع روانشناسی یادگیری در زندگی روزمره از کاربردی‌ترین حوزه‌های روانشناسی است مدرسه ، آموزشگاه‌ها ، روشهای تربیت کودک ، آموزش رانندگی ، روش‌های درمانی و انتقال تجربیات از نسلی به نسلی دیگر به یادگیری و روشهای آن وابسته هستند  
  
**چشم انداز این علم**   
این تفکر که "در آینده از اهمیت و جایگاه یادگیری کاسته خواهد شد"، محال است. توجه ، مطالعه ، اظهار نظر و نظریه پردازی در حوزه یادگیری و روش‌های آن از قدمتی چند هزار ساله برخوردار است و به نظر می‌رسد این وضع در آینده هم ، همین باقی خواهد ماند. انسان همیشه دنبال روش‌های جدید و بهتری برای یادگیری است. در حال حاضر پژوهش‌های مرتبط با "یادگیری شناختی" از پرکارترین و مقدم‌ترین حوزه‌ها است و در آینده هم این حوزه فعالیت بیشتری خواهد داشت.

**رفتارگرایی چیست؟**رفتارگرایی یک مکتب فکری در روان‌شناسی است که تنها به ارزیابی رفتارهای قابل مشاهده می‌پردازد. این مکتب توسط جان واتسون بنیاد گذاشته شد. او در مقاله معروف خود به نام «روان‌شناسی از دیدگاه رفتارگرایی» که در سال 1913 منتشر ساخت، روان‌شناسی را علمی تجربی و عینی معرفی می‌کند و می‌گویند فرایندهای ذهنی درونی را نباید مورد نظر قرار داد زیرا آن‌ها مستقیماً قابل مشاهده و ارزیابی نیستند.

* **شرطی‌سازی کلاسیک**  
  شرطی‌سازی کلاسیک یک فرایند یادگیری است که در آن، نوعی تداعی بین یک محرک قبلاً بی‌اثر (خنثی) و محرک دیگری که به طور طبیعی موجب واکنش می‌شود برقرار می‌گردد. به طور مثال، در آزمایش پاولوف، بوی غذا یک محرک طبیعی بود که با صدای زنگ که قبلاً محرک بی‌اثری بود، همراه گشت. پس از برقراری تداعی بین این دو، صدای زنگ نیز به تنهایی موجب واکنش می‌گردید.
* **شرطی‌سازی عامل**  
  شرطی‌سازی عامل یک فرایند یادگیری است که در آن احتمال بروز واکنش بر حسب تشویق یا تنبیه افزایش یا کاهش می‌یابد. ایده‌ای که در پشت شرطی‌سازی عامل قرار دارد و ابتدا توسط ادوارد تورن دایک و سپس بی‌اف اسکینر مورد مطالعه قرار گرفته است این است که پیامدهای اعمال ما، رفتار ارادی ما را شکل می‌دهد.
* **یادگیری مشاهده‌ای**یادگیری مشاهده‌ای فرایندی است که در آن، یادگیری از طریق مشاهده و تقلید رفتار دیگران اتفاق می‌افتد. همان گونه که در آزمایش «عروسک بوبو» آلبرت بندورا نشان داده شده است، مردم رفتار دیگران را بدون تقویت مستقیم تقلید می کنند. چهار عنصر مهم برای یادگیری مشاهده‌ای اثر بخش ضرورت دارند: توجه، مهارت حرکتی، انگیزه و حافظه.

**انواع یادگیری**

**یادگیری کلامی**

یادگیری کلامی نوعی از یادگیری است که زمانی حاصل می‌شود که محتوای آموخته شده بوسیله فرد شامل واژه‌ها ، هجاهای بی‌معنی ، یا مفاهیم می‌شود. زمانیکه دانش آموزی سعی می‌کند زبان جدیدی را یاد بگیرد و شروع می‌کند به یادگیری کلمات و لغات ، در واقع از یادگیری کلامی بهره می‌برد. همچنین دانش آموزی که سعی می‌کند بخشی از کتاب زیست شناسی را یاد بگیرد، مثل اصطلاحات و مفاهیم مربوط که در آن بخش ارائه شده است در واقع از یادگیری کلامی استفاده کرده است.   
  
یادگیری کلامی در مقابل یادگیری حرکتی قرار دارد و هر چند فرض می‌شود که یادگیری کلامی از لحاظ و شناختی در سطح بالاتری قرار دارد. این مساله یادگیری کلامی را در مقامی ممتازتر از یادگیری حرکتی قرار نمی‌دهد. ابزاری که برای بررسی یادگیری کلامی مورد استفاده فراوان و سودمند قرار گرفته است، لیست مربوط به هجاهای بی‌معنی بوده است. در این نوع از آزمایشات فهرستی از هجاهای بی‌معنی را به آزمودنیها می‌دادند یا برایشان می‌خواندند و در فواصل زمانی معین از آنها می‌خواستند هجاهای خوانده شده را یادآوری کنند. میزان مواد یادآوری شده ، معرف میزان یادگیری کلامی فرد بوده است.

**یادگیری حرکتی**

یادگیری حرکتی نوعی از یادگیری است و زمانی حاصل می‌شود که محتوای آموخته شده بوسیله فرد شامل مهارتهای حرکتی است. به عبارتی زمانیکه فرد تلاش می‌کند سلسله‌ای از حرکات را یاد بگیرد تا بتواند مهارتی را به صورت مناسبی انجام دهد از یادگیری حرکتی استفاده کرده است. یادگیری شنا کردن ، پرتاب توپ ، دوچرخه سواری و ... نمونه‌ای از یادگیریهای حرکتی هستند. یادگیری حرکتی می‌تواند طیفی از یادگیریهای حرکتی را شامل می‌شود.   
  
برخی از این یادگیری ساده و سطحی‌تر هستند، مثل پرتاب یک توپ ، برخی پیچیدگی بیشتری دارند، مثل شنا کردن و برخی از پیچیدگی و ظرافت خیلی بالایی برخوردار هستند، مثل نواختن یک ساز مانند ویولون که مستلزم یادگیری حرکتی به مقدار زیاد است. تمرین در این نوع یادگیری اهمیت فوق‌العاده‌ای دارد. هر چه میزان تمرین فرد در این نوع حرکات بیشتر باشد مهارت او عمیق خواهد بود.

**یادگیری مشاهده‌ای**

یادگیری مشاهده‌ای عبارت است از یادگیری که از طریق آن موجود زنده‌ای از رفتار موجود زنده دیگر تقلی می‌کند، سرمشق می‌گیرد یا ادای آن را درآورد. به این نوع یادگیری سرمشق گیری و یادگیری اجتماعی نیز می‌گویند. کودکی را تصور کنید که رفتارهای مادر را در هنگام آشپزی یا کار خانه داری مشاهده می‌کند. مدتی بعد در بازیهای خود همان کارهایی را که از مادر در خود مشاهده کرده انجام می‌دهد. بیشتر یادگیریهای کودکان مشاهده‌ای است.   
  
در واقع آنها بطور مرتب در تقلید از رفتارها و حرکاتی هستند که مشاهده می‌کنند. آلبرت بندورا روان شناس و همکارانش نقش بسیار عمده ای در تثبیت مفهوم یادگیری مشاهده داشته‌اند. آنان در یک مجموعه از آزمایشهای خود به نحو متقاعد کننده‌ای اثبات کردند که کودکان گاهی از رفتار پرخاشگرانه یک سرمشق بزرگسال تقلید می‌کنند. این مسیر تحقیق موجب شده است که نگرانی در مورد تاخیر تماشای رفتار پرخاشگرانه بزرگسالان سرمشق در تلویزیون بر اعمال کودکان مورد توجه قرار گیرد.

**یادگیری اجتنابی**

یادگیری اجتنابی زمانی اتفاق می‌افتد که یک موجود زنده این توانایی را پیدا می‌کند که با استفاده از نشانه یا علامتی خاص از تماس با محرکی زیان‌آور اجتناب کند. به عبارتی فرد سعی می‌کند ار موقعیتهایی که برایش آزار دهنده هستند اجتناب و دوری کند. تصور کنید که کودکی یکبار با دست زدن به یک بخاری دست خود را می‌سوزاند و از آن پس از نزدیک شدن به بخاری خودداری می‌کند. این کار کودک نشانه‌ای از یادگیری اجتنابی است. این نوع یادگیری در بررسی علل مربوط به برخی روان رنجوریها مثل انواع اضطراب مورد توجه است.   
  
به عنوان مثال خوبی اجتماعی که نوعی ترس و اضطراب مربوط به قرار گرفتن در محیطهای شلوغ و گروههاست، با یادگیری اجتنابی ارتباط دارد. بطوری که فرد سعی می‌کند از محیطهای پرجمعیت که برای او آزار دهنده هستند، دوری کند و این افراد به هیچ وجه حاضر نیستند در چنین جلساتی شرکت داشته باشند. هر چند این ترس و اضطراب و اجتناب نیز درجاتی متفاوت در افراد مختلف دارد.

**یادگیری تصادفی**

یادگیری تصادفی نوعی از یادگیری است که بدون مقصود ، تلاش یا نیت خاصی صورت می گیرد. بطوری که بدون اینکه هدف یادگیری مورد خاصی وجود داشته باشد، یادگیری اتفاق می افتد. حتما برایشان پیش آمده است که بدون تلاشی برای یادگیری شعر و محتوای یک ترانه کرده باشید و بدون اینکه حتی چنین منظوری داشته باشید یک روز متوجه می‌شوید که متن آزاد بطور کامل و یا قطعاتی از آنرا زمزمه می‌کنید.

**یادگیری نهفته**

یادگیری نهفته یادگیری است که در هنگام اکتساب در عملکرد شخص به حالت پنهانی و ابراز نشده باقی می‌ماند. به عبارتی یادگیری در یک موقعیت زمانی اتفاق می‌افتد و مدتها نهفته باقی می‌ماند تا در موقعیت مورد نیاز خود را نشان می‌دهد. رفتارهای معلمی نمونه‌ای از رفتارهایی هستند که به صورت یادگیری نهفته ممکن است آموخته شوند. فرد تا زمانیکه به عنوان یک معلم در کلاس قرار نگیرد این رفتارها را از خود نشان نمی‌دهد، در حالیکه آنها را در طول تحصیل خود از معلمان خود آموخته است.   
  
یادگیری نهفته اهمیت زیادی برای والدین ، معلمان و دست اندرکاران آموزش دارد. چرا که آنها غالبا از عملکرد کودکان و دانش آموزان دچار یاس می‌شوند و گاهی فکر می‌کنند که فرد یا شاگردشان هیچ یاد نمی‌گیرند یا بسیار کم می‌آموزند. در حالیکه در آینده ممکن است آنچه یاد گرفته است به شیوه امیدوار کننده‌ای بروز کند. نباید یادگیری نهفته را با یادگیری تصادفی اشتباه کرد و یادگیری تصادفی لزوما پنهان نیست و ممکن است در هر مقطعی در عملکرد شخص ظاهر شود.

**انواع یادگیری از نظر گانیه(1970)**  
**1ـ یادگیری علامتی**:اساسی ترین نوع یادگیری ،فرد به یک علامت یا نشانه پاسخ عمومی می دهد.  
**2- یادگیری محرک ـ پاسخ**: یادگیرنده پاسخ دقیق و درست را به یک محرک مشخص می آموزد.  
**3**-**یادگیری زنجیره حرکتی**: فرد باید قبلا بعضی از تداعی های محرک پاسخ را آموخته باشد سپس مجموعه این آموخته ها را به صورت زنجیره ای به هم مرتبط سازد.  
**4- یادگیری زنجیره کلامی**: هر کلمه یا سیلاب محرکی برای پاسخ بعدی است.  
**5- یادگیری تشخیصی یا تمیزی**: از این یادگیری به بعد وارد قلمرو فعالیت های فکری می شویم و فرد باید بتواند بین اشیا، رویدادها و علائم تمیز قایل شود.  
**6- یادگیری مفهوم**: فرد فرا می گیرد در برابر اشیایی که تفاوت جزئی با هم دارند تحت عنوان یک طبقه واکنش نشان دهد. مثل یادگرفتن مفاهیمی مثل کوچک و بزرگ و...  
**7- یادگیری قاعده**: قاعده از ترکیب دو یا چند مفهوم به وجود می آید و بیانگر روابط موجود بین انهاست.  
**8- یادگیری حل مسأله**: فرد از ذخیره مفاهیم و قواعدی که فراگرفته است استفاده کرده و مسئله جدیدی را حل می نمایید.