DSSSB
TGT & PGT
दिल्ली अधीनस्थ सेवा चयन बोर्ड
Part(A+B)
SCHOLAR BATCH
हिन्दी
Learning and Teaching
(सीखना और सिखाना)
LIVE
29-07-2024 09:00 AM

अधिगम या सीखना →

हमारे दैनिक जीवन में सीखने का बहुत महत्व है। जन्म के समय व्यक्ति असहाय होता है। धीरे-धीरे वह वातावरण के स`म्पर्क में आता है और वातावरण के अनुसार, स्वयं को बनाने का प्रयास करता है। इस क्रिया में वह अपने तथा परिवार व समाज के अन्य व्यक्तियों से भी लाभ उठाता है, जिसके फलस्वरूप उसके व्यवहार में परिवर्तन आ जाता है।

भाषा बोलना, पढ़ना, लिखना तथा बहुत सी अन्य आदतें भी हम सीखते हैं, जिसके कारण हमारा व्यवहार समाज के अनुरूप हो जाता है। हमारे व्यक्तित्व बहुत को शीलगुणों का निर्माण भी सीखने के आधार पर ही होता है। वैसे तो प्रत्येक व्यक्ति या जीव में कुछ जन्मजात संस्कार भी होते हैं, जो उसकी प्राथमिक प्रतिक्रिया का निर्धारण करता है और इन्हीं प्रतिक्रियाओं के द्वारा व्यक्ति स्वयं को बाह्व वातावरण के अनुकूल बनाने का प्रयास करता है। बाह्व वातावरण के प्रति उपयुक्त प्रतिक्रिया को ग्रहण करना ही मनोविज्ञान में 'सीखना' कहलाता है।

उदाहरण के तौर पर भूख की स्थिति में बन्दर की छीनने की प्रतिक्रिया तो स्वाभाविक होगी, परन्तु एक बालक के मांगने की प्रतिक्रिया सीखने का परिणाम होगा |

अधिगम (सीखना) का अर्थ →

अधिगम शिक्षा मनोविज्ञान का केन्द्र-बिन्दु है। अधिगम शिक्षा मनोविज्ञान का दिल है

दूसरे शब्दों में कहें, तो सीखना वह मानसिक क्रिया है जिसमें बालक परिपक्वता की ओर बढ़ता हुआ और अपने अनुभवों से लाभ उठाता हुआ अपने स्वाभाविक व्यवहार में परिवर्तन करता है।

अधिगम (सीखना) की परिभाषाएँ →

विभिन्न मनोवैज्ञानिकों ने अपने- अपने विचारानुसार सीखने की परिभाषाएँ दी हैं, जिनमें से कुछ निम्नलिखित है :-

- **गेट्स के अनुसार, -** "सीखना, अनुभव द्वारा व्यवहार में परिवर्तन है।"
- **गिलफर्ड के अनुसार,-** "व्यवहार के फलस्वरूप, व्यवहार में किसी प्रकार का परिवर्तन होना अधिगम है।"

- **पील के अनुसार** - "अधिगम व्यक्ति में एक परिवर्तन है, जो उसके वातावरण के परिवर्तनों के अनुसार होता है।"
- **स्किनर के अनुसार** - "अधिगम में प्राप्त तथा धारणा करने की शक्ति सम्मिलित है।"
- **प्रेसी के अनुसार** - "अधिगम एक अनुभव है, जिसके द्वारा कार्य में परिवर्तन या समायोजन होता है तथा व्यवहार से प्रयोग की गयी नई विधि प्राप्त होती है।"

उपरोक्त परिभाषाओं के आधार पर कहा जा सकता है कि -

1) अधिगम एक ऐसी प्रक्रिया है, जिसके द्वारा बच्चे के व्यवहार में परिवर्तन होता है।
2) अधिगम के द्वारा बहुत हद तक व्यक्ति के व्यवहारों में स्थायी परिवर्तन होता है ।
3) अधिगम सामाजिक दृष्टि से उचित और अनुचित दोनों ही हो सकता है।
4) सीखना नए अनुभव ग्रहण करना है।
5) सीखने की क्रिया जीवन-भर चलने वाली प्रक्रिया है।

6) अधिगम एक सृजनात्मक पद्धति है ।

7) अधिगम प्रगति और विकास है।

8) अधिगम स्थानांतरित होता है।

9) अधिगम का अनुमान व्यक्ति के व्यवहार में होने वाले परिवर्तनों से पता लगाया जाता है ।

10) सीखना सार्वभौमिक है।

11) अधिगम मानसिक प्रक्रिया है।

12) अधिगम औपचारिक और अनौपचारिक दोनों ही परि-स्थितियों में होता है।

अधिगम को प्रभावित करने वाले प्रमुख कारक ⇒

अधिगम प्रक्रिया अनेक कारकों से प्रभावित होती है। इन विभिन्न कारकों में अन्तः क्रिया होती है तथा इस अंत:क्रिया का प्रभाव अधिगम प्रक्रिया पर पड़ता है। इसमें से कई कारक इस अधिगम प्रक्रिया को तेज कर देते हैं तथा कई कारक इस प्रक्रिया को धीमा भी कर देते हैं, अतः ऐसे कारकों को प्रोत्साहन देना अति आवश्यक हैं जो अधिगम प्रक्रिया को तेज और प्रभावशाली बनाने में उत्तरदायी होते है।

- अधिगमकर्ता या सीखने वाले से संबंधित, अर्थात, व्यक्तिगत कारक या निर्धारक,
- कार्य सम्बंधी कारक
- विधि सम्बंधी कारक

A. अधिगमकर्ता या सीखने वाले से संबंधित अर्थात व्यक्तिगत कारक या निर्धारक →

व्यक्ति के व्यक्तिगत से जुड़े कारक अधिगम प्रक्रिया को प्रभावित करते हैं। यही कारक व्यक्तिगत या सीखने वाले से सम्बन्धित कारक कहलाते हैं।

इस श्रेणी में निम्नलिखित कारकों का समावेश है :

(i) परिपक्वता ⇒ सीखने और परिपक्वता में गहरा संबंध होता है। बल्कि यह कहना गलत नहीं होगा कि अधिगम परिपक्वता पर ही आधारित है। यदि कोई व्यक्ति किसी विशेष कार्य को सीखने के लिए परिपक्व है तभी वह सीख पायेगा अन्यथा उसके लिए उस कार्य को सीखना कठिन होगा।

(ii) **अभिप्रेरणा ⇒**

सीखने के प्रक्रिया में अभिप्रेरणा का मुख्य योगदान रहा है। विद्यार्थी को यदि किसी कार्य के लिए अभिप्रेरित नहीं किया जाता है, तो वह सीखने की प्रक्रिया में रुचि नहीं लेता। अभिप्रेरणा विद्यार्थी को सफलता की ओर से जाती है।

(iii) **ध्यान तथा रूचि ⇒**

अधिगम को तीव्र और प्रभावी बनाने के लिए बालक में ध्यान एवं रुचि का होना अति आवश्यक है। ये दोनों कारक अधिगम प्रक्रिया को प्रत्यक्ष रूप से प्रभावित करते है। ध्यान तथा रूचि के अभाव में विद्यार्थी अधिगम प्रभावहीन तथा निर्जीव- सा होकर रह जाता है।

(iv) **स्मृति ⇒**

स्मृति या स्मरण-शक्ति की अधिगम में केन्द्रीय भूमिका रहती है। तीव्र स्मृति वाला बालक आगे रहता है, लेकिन दुर्बल स्मृति वाला बालक अधिगम में पिछड़ जाता है। तथा अधिगम नहीं सीख पाता है।

(v) **तत्परता और क्षमताएं ⇒**

किसी कार्य को सीखने के लिये तत्परता और कार्य सीखने की क्षमताओं का होना अति आवश्यक है। उनके अभाव में सीखने की प्रक्रिया शिथिल होगी। तथा सीखने वाले को वह कार्य अरुचिकर लगेगा।

(vi) इच्छा शक्ति

(vii) शारीरिक रोग तथा दोष

(viii) थकान

(ix) मानसिक स्वास्थ्य

(x) भोजन तथा औषधियां

कार्य संबंधी कारक -

इस वर्ग में कारकों से अभिप्राय है वह कार्य जिसे सीखा जाना है, उसकी प्रकृति था। उससे जुड़ी विभिन्न पारिस्थितियों का सीखने की प्रक्रिया पर प्रभाव। ऐसे कई कारक है जो इस सीखे हुए कार्य को किसी-न-किसी ढंग से प्रभावित करते है।

ये कार्य संबंधी कारक निम्नलिखित हैं –

1. कार्य का कठिनाई स्तर
2. कार्य की समानता
3. कार्य का अर्थपूर्ण होना
4. कार्य की रोचकता तथा अरोचकता
5. कार्य की लम्बाई

विधि सम्बंधी कारक - विधि संबंधी कारकों में वे सभी अधिगम तथा शिक्षण विधियां सम्मिलित हैं जिनका प्रभाव अधिगम पर किसी-न-किसी रूप में पड़ता है। यह तय है कि किसी एक विधि का उपयोग करते हुए सम्पूर्ण अधिगम प्रक्रिया को हमेशा प्रभावशाली ढंग से नहीं चलाया जा सकता।

अधिगम की कुछ निम्नलिखित विधियां ऐसी है,

जो अधिगम प्रक्रिया को प्रभावित करती है:

1) अभ्यास
2) करके सीखना
3) सूझ-बुझ द्वारा सीखना
4) सीखने की विधि
5) सुनाना
6) सामयिक परिक्षाएं
7) पूर्ण तथा अंश विधि
8) पथ प्रदर्शन तथा संकेत
9) समय-सारणी
10) परिणामों का ज्ञान

अधिगम या सीखने को प्रभावित करने वाले अध्यापक से संबंधित कारक

A. बच्चों के शारीरिक स्वास्थ्य का ध्यान

B. शिक्षा का उपयोगिता

C. छात्रों की व्यक्तिगत भिन्नताओं के अनुसार शिक्षा देना

D. बालकों को भली-भांति समझाना

E. उपयुक्त सीखने के अनुभवों की व्यवस्था करना

अधिगम की विशेषताएँ -

अधिगम पर सीखने की प्रक्रिया की अपनी कुछ विशेषताएं है जिनका वर्णन निम्नलिखित है –

1. निरन्तर चलने वाली प्रक्रिया, या,
2. व्यक्तित्व का सर्वांगिण विकास,
3. व्यवहार में परिवर्तन,
4. सार्वभोमिक प्रक्रिया,
5. अनुसंधान सहायक,
6. चेतन व अचेतन अनुभव,

7. समायोजन की प्रक्रिया,
8. व्यवहार के सभी पक्ष प्रभावित,
9. उद्देश्य पूर्ण एवं लक्ष्य केन्द्रित,
10. जीवन की मूलभूत प्रक्रिया,
11. विकास की प्रक्रिया, सम्पूर्ण प्रतिक्रिया,
12. अनुभवों की नई व्यवस्था,
13. सक्रिय तथा सृजनात्मक,
14. क्रिया और वातावरण का परिणाम,
15. विवेकपूर्ण।

अधिगम और विकास के मध्य अन्तः सम्बन्ध –

सीखना जीवन-भर, चलने वाली एक प्रक्रिया है, इसका किसी विशेष आयु वर्ग से जोड़कर नहीं देखा जा सकता है। यह अवश्य कहा जा सकता है कि अधिगम और विकास एक-दूसरे से अन्तः संबंधित है। विकास अधिगम को प्रभावित करता है। विकास और अधिगम एक समान गति से आगे नहीं बढ़ता है।

शारीरिक विकास, विशेषकर छोटे बच्चों में मानसिक और संज्ञानात्मक विकास में मददगार है। मानसिक और भाषायी विकास, सामाजिक विकास एवं अधिगम को प्रत्यक्ष रूप से प्रभावित करता है। अर्थ निकालना, अमूर्त चिन्तन की क्षमता विकसित करना विवेचना व कार्य, अधिगम की अधिक महत्वपूर्ण पहलू है। भावनाएँ, दृष्टिकोण और आदर्श, संज्ञानात्मक विकास के अभिन्न हिस्से है तथा भाषायी विकास, मानसिक चित्रण, अवधारणाओं व तार्किकता से इनका गहरा संबंध है।

Teaching- (शिक्षण) -

शिक्षण एक शिक्षक द्वारा कार्यान्वित किया जाने वाला अभ्यास है। शिक्षण का सम्बन्ध सीखने से है। छात्र के द्वारा इस ज्ञान को अपनाना।

सिलेबस

PRT

Exam ✓

sept ✓ → oct ✓✓

TGT