

## Teoria învățării sociale a lui Albert Bandura

---

“Capacitatea de a învăța, atât a omului cât și a animalului este una dintre cele mai remarcabile acte naturale, alături de reproducere și ereditate” (Woodworth, Marquis, 1965)

Învățarea socială reprezintă o însușire a cunoștințelor și a deprinderilor prin observarea directă sau indirectă a comportamentelor unor modele și a consecințelor pe care le au aceste comportamente asupra modelelor.

Teoria învățării sociale explică procesele prin care: se achiziționează un comportament sau o secvență de comportament, se inițiază comportamentele și se mențin pattern-urile de comportament.

Deoarece învățarea socială se manifestă prin capacitatea de a reproduce un comportament observat, se cuvine să o asimilăm imitației amânate, această învățare socială se diferențiază de celelalte forme de învățare prin faptul că un comportament poate fi învățat să fie efectuat și, cu atât mai mult, fără ca subiectul să fie supus nici unui fel de întărire.

Cel mai cunoscut psiholog care a abordat această teorie este Albert Bandura care a aplicat teoria învățării sociale în studierea agresivității.

Potrivit acestuia, viața socială ar fi imposibilă dacă oamenii ar învăța numai prin încercări și greșeli. Observarea constituie un mijloc rapid și eficient pentru achiziționarea cunoștințelor și deprinderilor care vor îndruma acțiunea. Ceea ce nu înseamnă că, odată acțiunea efectuată, individul nu utilizează consecințele acesteia în scopuri corective, dar, în fața unei situații care cere o conduită nouă, individul recurge la experiența sa socială.

Conform lui Bandura, comportamentul social nu este înnăscut, ci învățat de la modele adecvate. Teoria sa susține că dacă orice schimbare de comportament implică o schimbare cognitivă, pentru a schimba cognițiile trebuie să acționăm asupra

comportamentului. Cercetările sale demonstrează că schimbările comportamentale produse prin condiționarea clasică sau prin condiționarea instrumentală nu sunt doar asocieri ale răspunsurilor la stimuli, ci ele sunt mediate cognitiv.

Bandura consideră că achiziția de noi comportamente are loc în cadrul unei interacțiuni între mediu și caracteristicile personale ale individului. Comportamentul este influențat de atitudinile persoanei, de convingerile sale, de istoria întăririlor anterioare dar și de stimulii din mediu. De asemenea, un comportament odată produs, poate determina schimbări ale mediului, la fel cum și aspecte ale personalității pot fi influențate de acțiunea mediului.

Prin cercetările realizate, Bandura atrage atenția asupra faptului că oamenii învață deseori numai privindu-i pe ceilalți și astfel individul codează informația despre comportamentul lor, iar în ocazii ulterioare folosește această informație codată drept ghid pentru acțiunile proprii, fără a fi nevoie de vreo întărire pentru producerea răspunsului. O mare parte a procesului de învățare socială se realizează prin expunerea la modele de viață reale care produc, intenționat sau nu, structuri de comportament ce pot fi imitate de către alții.

Bandura consideră că învățarea socială se produce în principal prin aportul proceselor de imitare și identificare.

### **1. Imitarea:**

- De la început, copilul observă și imită persoanele din jurul său.
- Deseori, copiii mici se simt foarte bine când sunt lăsați să facă lucruri „pentru oameni mari”, de exemplu, să ajute la spălat.
- De asemenea, copiii mici se joacă, de multe ori, adoptând roluri sociale și imitând adulții pe care i-au văzut în astfel de roluri.
- Toate aceste lucruri fac parte din procesul prin care copilul învață o gamă largă de comportamente sau deprinde o serie de abilități.

Imitarea prin definiție presupune copierea unei anumite acțiuni sau a unui set de acțiuni permițând ființei umane să dobândească o serie de deprinderi, foarte rapid și eficient.

Imitarea înseamnă apariția unei similitudini între comportamentul unui model și cel al unui subiect, în condițiile în care comportamentul primului a servit drept indice pentru comportamentul celui din urmă.

Bandura delimitează două faze ale procesului de imitare:

- faza de achiziție (în care subiectul învață comportamentul unui model)
- faza de performanță (în care subiectul manifestă un comportament ce reproduce comportamentul modelului).

## **2. Identificarea:**

De cele mai multe ori învățarea socială (observațională) este un proces ce se desfășoară în două etape.

- Învățarea socială începe prin procesul de imitare, învățarea interiorizându-se rapid, astfel încât copilul ajunge să se identifice cu persoana din rolul respectiv.

- Identificarea are loc într-o perioadă mai mare de timp decât imitarea și se crede că, în mare măsură, învățarea rolurilor sociale, cum ar fi învățarea rolului de gen, are loc prin procesul de identificare.

### **Condiționarea vicariantă**

Procesul de învățare a reacțiilor emoționale prin observarea altor persoane este numit condiționare vicariantă și este un proces ce a fost observat atât la oameni cât și la animale.

Așa cum sublinia Bandura, „se întâmplă destul de frecvent ca indivizii să dezvolte reacții emoționale intense față de locuri, persoane sau obiecte, fără să fi avut vreun contact personal cu ele”.

- Astfel, de exemplu, subiecți umani care au observat un model (o persoană apropiată) exprimând o reacție condiționată de teamă au dezvoltat ulterior un răspuns emoțional condiționat la un stimul inițial neutru.

Ceea ce este important de subliniat aici este faptul că perioada de observare a comportamentului părinților (perioada de învățare) a fost uneori foarte scurtă.

În plus se constată și faptul că, odată dezvoltată, condiționarea vicariantă se dovedește a fi deosebit de intensă și de lungă durată, ea fiind relevantă chiar și în situații diferite de cea în care s-a manifestat prima dată.

Cu ajutorul condiționării vicariante se pot explica unele răspunsuri (conduite) fobice foarte frecvente, cum ar fi, teama de stomatolog.

Printr-un experiment realizat în anul 1961 "Papusa Bobo", Albert Bandura reușește să demonstreze că modelele comportamentale sunt învățate de copii prin observarea directă și imitarea celor din jur.

#### **Etapele experimentului:**

1. El a realizat un film cu unul dintre studenții săi, o tânără femeie, care bătea o păpușă Bobo. Femeia lovea cu pumnul păpușa, țipând la ea „fraiere!”. O lovea cu piciorul, stătea pe ea, o lovea cu un ciocan mic, și așa mai departe, strigând diferite fraze agresive.

2. Bandura a introdus trei grupuri de copii într-o cameră semiobscură unde exista un televizor care prezenta fiecărui grup câte o altă înregistrare.

- pentru primul grup, înregistrarea conținea un model care agresa fizic și verbal o păpușă (Bobo-doll) și era apoi recompensat pentru aceste comportamente,

- iar pentru celelalte două grupuri, modelul nu era recompensat și, respectiv, nu erau prezentate consecințele comportamentului.

3. În faza a doua, copiii erau duși într-o altă cameră, plină cu jucării, printre care și un Bobo-doll similar celui din înregistrarea televizată. După ce au fost informați că se pot juca cu absolut orice vor ei din acea cameră, copiii au fost lăsați singuri și mai mulți observatori le-au înregistrat comportamentele.

4. Într-o ultimă fază, experimentatorul lua în particular fiecare copil și îl pune să imite comportamentul fizic și pe cel verbal al modelului, promițându-i că îi va oferi o recompensă dacă îl imită corect. Foarte important este faptul că recompensele erau la vedere, acționând astfel ca stimulenți asupra performanței subiectului.

Rezultatele au arătat că copiii vor imita mai multe comportamente agresive dacă acestea au fost recompensate în înregistrarea care le-a fost prezentată,

decât dacă acestea au fost pedepsite sau nu au fost prezentate consecințele. De asemenea, copiii imită mai multe comportamente dacă le sunt oferite stimulente și dacă sunt recompensați pentru imitarea fiecăruia dintre ele, iar băieții au performanțe mai ridicate decât fetele.

El a numit fenomenul învățare observațională sau modeling, și această teorie este de obicei numită teoria învățării sociale.

Teoria învățării sociale a lui Albert Bandura pune accentul pe importanța observării și modelării comportamentului, atitudinilor și reacțiilor emoționale a celorlalți. Bandura crede că oamenii își însușesc atitudinile prin observarea celorlalți, imitând ceea ce au văzut.

Agresivitatea este învățată printr-un proces numit modelare comportamentală. Individul în sine nu moștenește aceste tendințe violente ci le modelează. Copiii învață în cea mai mare parte a cazurilor, reacțiile violente observându-i pe ceilalți, personal sau prin intermediul mediului înconjurător și a mass-media.

În experimentul cu păpușa Bobo, copiii nu fac altceva decât să imite agresivitatea prezentă la modelul adult de pe casetă. Principalul mediu cu care aceștia interacționează este familia, copiind comportamentul pe care adulții îl dezvăluie în relațiile cu ceilalți.

Raportarea la modele și imitarea comportamentului observabil al modelului constituie o formă de învățare prezentă încă de la vârstele cele mai fragede, fiind ulterior întâlnită în variate contexte de viață cotidiană. În cadrul ciclului copilăriei (3–10/11 ani), modelele sunt reprezentate în mod semnificativ de persoane adulte (părinți, membri ai familiei, profesori). Începând cu preadolescența (11–14/15 ani) și, mai târziu, în adolescență (14/15–18/19 ani), modelele familiale trec în plan secund, fiind înlocuite de grupul de aceeași vârstă (colegi de clasă, prieteni), care le oferă norme, valori de referință și opinii specifice. Deseori, adolescenții își aleg modele dintre vedetele cele mai prezente în viața cotidiană (sport, muzică sau mass-media). Modelele pot fi reale, dar și simbolice (cuvinte, idei, acte comportamentale care sunt valorizate social, imagini sau evenimente cu un anumit impact cultural).

Bandura a reușit să stabilească un număr exact de etape în acest proces de modelare comportamentală:

- **Atenția**, incluzând evenimentele modelate (valența afectivă, complexitatea, valoarea funcțională) și caracteristicile observatorului (capacitățile fizice și senzoriale, nivelul de percepție);
- **Memorarea**, incluzând codarea simbolică, organizarea cognitivă;
- **Reproducerea**: capacitățile fizice, auto-observarea, acuratețea feedbackului;
- **Motivarea** sau răsplata externă și provizorie.

Învățarea socială are drept obiect asimilarea unor modele comportamentale, a noi modele comportamentale, a noi forme și scheme de interacțiune interpersonală și prin aceasta a noi trăsături de personalitate. În sens larg, toată învățarea umană este socială pentru că se petrece în contexte culturale și este dirijată de modele educaționale. Există o învățare socială în sens restrâns specializată în a face experiența legăturii cu realitatea, cu valorile și normele interpsihologice.

În ceea ce privește aplicabilitatea acestui model de învățare pentru actul educațional, ea merge de la dobândirea unor comportamente verbale la însușirea unor deprinderi motorii și până la achiziționarea unor comportamente sociale, a unor atitudini, prin identificarea cu adultul apreciat.