

学 習

鈴 木 隆 男

新しいことを身につける、“学習”ということばを聞いて、すぐ思いつくのは“学校のお勉強”でしょう。確かにそれは“学習”の重要な領域ですが、心理学では少し違った使い方をしています。

“学習”とは、経験を媒介として、生活体の行動が比較的永続的に変容すること。

このように、日常生活で使うのとは違った意味で、特定の学問の世界で使われることばを、“術語 (technical term)”と呼びます。術語は特定の領域の問題を議論するために、厳密に定義されているので、是非とも覚える必要があります。“学習”という術語も、心理学の世界では上に述べたように定義されているので、この定義に基づいて議論をしないと、すれ違いになってしまいます。

この定義が述べていることをいくつかの要素に分解して考えてみましょう。第一に“学習”は“経験を媒介としている”ということです。どの程度経験を反復することが必要かは“学習”の内容によって異なります。一度経験しただけで“学習”が成立することもあります。燃えている火に触れてやけどしたら、二度と同じことはしないでしょ。一方で、ピアノの演奏に習熟するためにはかなりの練習が必要なことは、このトピックの読者ならよくご存知でしょう。また経験を媒介としない行動の変容、例えば個体の成熟によって現れる変化を“学習”と区別することもできるわけです。

第二の要素は、心理学における“学習”という概念が、“生活体”の行動の変容を扱っているということです。“生活体”という概念は、ヒト以外の、動物も含めた概念です。このこと

から、“学習”の問題を扱うときに、ヒト以外の動物を対象とした研究成果を利用できることになります。

第三の要素は、行動の変容が“比較的永続的に続く”ということです。経験を媒介とした行動の変容には様々なものがあります。たとえば同じことを繰り返して練習していると、徐々に疲れてきて、行動の滑らかさが失われます。しかしこのような“疲労による変化”は、休息をとることで回復します。このような行動の変化を“学習”から区別することが可能になります。

さらに第四の要素として、“学習”の定義が“価値を含まない”ということがあげられます。“学校でのお勉強”という意味で“学習”をとらえると、そこでは“正しい内容”、“個人の成長に価値のあること”、“合理的なこと”などが重要になります。しかし、心理学では、このような、正しい、価値のあることだけではなく、誤った、不合理なこと、いかえれば“負の行動”をも“学習”の結果と考えます。そこから、これらの負の行動に対する対処方法を見出すことができるわけです。

実際、心理学は、好ましい行動の習得ばかりでなく、習得されてしまった好ましくない行動の変容にも研究上の労力を割き、悪い癖、困った行動の修正の方法をたくさん見出してきました。そのもっとも重要なものが学習理論に基づいた行動療法だと思います。“学習”をこのように定義することによって、私たちはさまざまな恩恵を被ってきたといえるでしょう。

〈引用・参考文献〉

今田 寛『学習の心理学』放送大学教育振興会、2000.