

淺談班都拉的社會學習理論

■ 吳 昆 壽 ■

前言

社會學習乃個人社會化的歷程，藉社會交互作用而進行。一般說來，社會學習有別於學校的正式教育活動，它總是非正式的進行著。嬰兒一出生就會有吸吮行為，這是維持生物體存在的本能反應。同時眼睛滴溜溜地轉動，開始蒐尋這陌生的世界。由於嬰兒的哭與笑導致父母的擁抱，撫摸、餵食，而開始了人際關係的探索，此後漸與兄姐、朋友、師長及社會中的各種成員接觸，在交互作用中接受社會性的刺激，也學習社會性的反應。社會學習就在交互作用中發生了。社會學習使個人由生物我而轉化而為社會我；亦即個人行為不斷發生變化，社會的，從眾的行為漸增，生物的，唯我的反應漸減。因此中國社會就形成中國人特有的行為模式，美國、日本的社會就分別形成美國人、日本人特有的行為模式。中國人習慣用筷子，美國人習慣用刀叉，日本人喜歡吃「沙西米」。顯然不同的社會有不同的行為，同一社會中由於社會要求與角色期待，所有成員幾乎都形成共同的行為模式，而社會學習的重要型態包括有增強學習、模仿學習和認同學習。在此容後討論。

簡史

談到社會學習，吾人不得不提到班都拉(Bandura, A)。班都拉於一九二五年出生於加拿大北部阿爾伯達省(Alberta)的一個小村莊。父親是一位農夫。班氏二十四歲畢業於不列顛哥倫比亞大學，同年進入愛荷華(Iowa)大學攻讀臨床心理學，他的碩士學位

和博士學位都是在愛荷華獲得的，之後大部份的時間都在史丹佛(Stanford)大學從事教育與研究工作。他認為一個知識分子不僅要展現個人的專業才華，還應對這個社會付出更多的關懷。班都拉非常重視愉快的家庭生活，他深信掌握幸福遠比從研究中獲得顯著的統計結果來得重要。

社會學習論及其發展

班都拉特別有興趣的領域是社會學習、人類的攻擊行為，行為改變和心理學的模式學習。他的心理學理論在人類行為方面受到廣泛的研究支持。班氏的社會學習理論融合了行為主義的增強理論和認知心理學，目的在行為改變的原則綜合認知心理學，以促進行為改變在臨床上和教育情境上的應用。但是他付予增強過程一個特殊的意義；一個人過去行為的結果，大大地決定他未來的行為，其發生只因爲這些結果的有益的和誘發的價值。

社會學習論以行為主義和人文主義的術語，依據個人與環境之間的連續的交互作用來解釋人類的心理學的功能，在交互作用過程中，環境影響一個人的行為，而一個人的行為也部份地以相互的方式決定一個人的環境。社會學習論者認為行為乃受到增強結果所調節，但增強結果部份是一個人自己所造成的。人類不僅對刺激反應，他們也解釋刺激，因此所謂制約反應就是預期將有增強的結果。

社會學習從觀察行為開始，其實班氏的社會學習理論有其歷史淵源，最早可追溯到古希臘的柏拉圖和亞里斯多德時代；我國儒家的教育思想；中世紀的藝徒教育，都可以用觀察學習來解釋，只是

當時被認為是理所當然；沒有作系統化，科學化的研究。十九世紀末及二十世紀初，桑代克（Thorndike, E. L.）和華森（Watson, J. B.）開始以動物作實驗，認為動物只能透過直接經驗學習，而無法經由觀察間接學得行為，他們的研究結果使有關觀察學習的研究停滯達三十年之久。直到一九四一年，米勒（Miller, N.）和達樂（Dollard, J.）出版「社會學習與模仿」一書，才使人們對觀察學習重又燃起興趣。

一九四〇年代，米勒和達樂開始把精神分析學上的發展觀念連結到學習理論，他們解釋發展是一種社會學習的形式，在這當中，兒童獲得新的行為模式，主要是透過與父母一系列的互動。精神分析學的觀點和米勒、達樂的主張主要的連結是（1）學習受到獎勵的控制（2）發展是受到在社會情境中的學習的影響。米勒和達樂一如弗洛伊德（Freud, S.）認為在社會情境中的學習扮演者決定發展的角色。他們相信：只有當行為產生結果，學習才會發生，這種學習對發展中的兒童而言，多數的學習結果受到父母或所謂重要他人（The significant others）的影響。米勒和達樂認為，只有模仿行為受到增強，個體才可以學到該行為，他們的理論主宰人們對模仿學習的看法達二十年之久，直到六〇年代初期，班都拉開始從人類的認知歷程來探討社會學習的現象，才使模仿學習重新引起人們的注意。他說：假如解決問題只要設定可能的替換行為就可達成結果，那麼人類的工作將是十分厭煩且無法忍受的。無論如何，高級的心智能力使人們能使用思想代替解決問題的行動，行動的替代過程是透過符號化的解釋，且基於他們的預測結果，決定維持或放棄。藉著表示可預知的行為結果，人們轉換未來結果成目前行為的動機，透過他們的思考的運用給他們洞察行為的能力。

觀察

班都拉最有名的是他的觀察學習，他指出人類不用明顯的報酬，甚至不用練習機會就可以學習新的行為，所有這些都是由於個人

觀察另一個人，叫做模式（Model）的行為而從事學習。假如此模式的行為被酬賞，更會加強觀察者表現類似的反應。但即使模式的行為沒有受到增強，個體亦可能產生學習。班氏的社會學習理論，主要的是他強調「替代的過程」，包括觀察、模仿及認同。尤其是人格發展，不僅是透過古典或操作制約直接的學習，而且透過觀察別人的行為也會產生影響，觀察學習依班都拉的分析，包括四個歷程：

1. 注意的歷程——學習者首先要注意到模式的行為。
2. 保留的歷程——學習者要能將觀察所得的印象保留在記憶中，成為符號化的心象。
3. 動作複製的歷程——符號化的心象再轉化為行為。
4. 增強和動機的歷程——此一歷程與前三者固有密切關係，却不是連續性的，即增強可以強化觀察學習的成效，但增強和動機却非觀察學習的充要條件。

增強

班都拉認為，增強雖是行為的必要條件，但非充要條件，增強會直接影響行為，也就是增強行為發生的可能性；它除了影響學習動機外，增強也會給學習者「什麼該學」的訊息。例如當一個學生在教室因正確回答而受到增強，雖不是給予物質的獎勵；他也會因此而獲得關於他的反應的正確性的訊息，這種訊息將大大地幫助他促進未來正確的反應。因此，班氏的社會學習理論，對增強觀念付予一廣泛的意義：

（1）它可能是直接的：這有兩種情況，其一是由外部給予的增強，即行為主義者的增強方式；此外，透過觀察模式（Model）被增強，而增強本身的意願，如看到拾金不昧的同學被頒獎表揚，也會激發其他同學效勞。

（2）增強可以自我操作：即自己對本身行為給予增強（包括正負增強）。自我增強主要是先訂下行為的標準，然後根據這個

標準實施自我酬賞或自我懲罰，這是教育的最高旨趣。班都拉認為，自我增強可以維持任務的完成。又說假如行為只受外部的獎勵和懲罰所決定，人們的行為就會像風標一樣，受到別人的左右，連續的更易而失去原則。

模 仿

一個人從觀察他人行動所得的結果而吸收經驗就是模仿，因此模仿也是一種觀察學習。當模仿作用存在時，必然有一可供觀察或模仿的模式（Model），此一模式對觀察者通常具有抑制的或促進的效果，這種效果實際上就是一種增強作用（消極的或積極的增強），因此，個體在觀察或模仿的過程中，不必有切身的體驗，亦能獲得社會學習的效果。在日常生活中我們不難找到許多模仿的例子，如小女孩學媽媽塗口紅，小男孩用嘴咬著筆桿學爸爸抽煙的模樣。

模仿的三個效果：

1. 新反應的獲得：觀察別人的行為，如果這個行為原為自己所無，這種行為便對觀察者構成示範作用使觀察者也想用同樣的方式去做看看。如原先沒有攻擊行為的學前兒童在看過有關攻擊行為的示範之後，在隨後的挫折情境裏表現出攻擊行為。

2. 抑制和不抑制已經學會的行為：即一個人已學會了作反應，但是他藉觀察別人而學習是否在某種情況下作反應。例如，老師譴責一個因為在教室吵鬧的學生，而其他學生將因此不再吵鬧，這是藉觀察而得的「抑制」效果，在教育上常不希望如此做，但它足以說明「抑制的觀察」是一種實在的過程，假如老師走後，這位被譴責的學生不服氣，開始有了騷動，就是有了「不抑制」效果。它會誘發班上其他同學放棄他們的抑制，而加入凶暴似的吵鬧。其他如跟著別人走在「請勿踐踏」的草地上，也是一種不抑制效果。

3. 誘出或稱行為的促進：誘出是在引出一個已經學會的反應，這

種誘出在兒童期特別值得注意。當一個人開始作某一件事，而其他人也想去作同樣的事，這種趨勢可能是一件麻煩事——特別是該活動有資源上的限制時（譬如只有一組蠟筆，十二個小朋友突然想一起畫圖）。但也可能有好處，即該活動需要許多人才能顯出結果時。合作的力量就是從此產生。

一種模仿行為總是不太容易分出是誘出或不抑制，由於兩者都是在完成一個已經學會的反應，原則上這兩種過程顯然不同，誘出是在完成積極期望的行為；而不抑制是在完成一個不被縱容的行為——如在教室吵鬧。

模仿的第二個歷程——抑制和不抑制及第三個歷程——誘出，至少有一部份是依賴模式的行為的結果，假如模式不論做什麼都被懲罰，結果就像是抑制，模式的行為被學習的機會就停止；假如好或壞都沒有明顯的結果，模式就可能被模仿，不是透過抑制就是透過誘出，但是假如模式的行為被明顯的獎勵，這種行為被模仿的機會就很大，在效果上，模式行為的獎勵或懲罰，很像對觀察者的獎勵或懲罰，我們傾向於模仿那些我們看到受獎勵的事，而避免模仿那些我們看到受懲罰的事，這種由模式的結果影響觀察者的行為的過程常被稱為「替代性增強」。

認 同

一個人做效（Models）其他某一個人的行為，被做效的人稱為模式（Model），而整個歷程稱為模式學習（Modeling），模式學習不只包括簡單的模仿，也包含更普及的過程，一般稱為認同，這是說一個人想成為相同的另一個人，就這個廣泛的概念而言，模式不一定要能看到的——一個真實的人，他（她）也可能是歷史或小說中的人物，或只是聽說的一個理想化的人。吳武典教授認為認同是個人在社會化歷程中，選擇他人的行為內在化於自己行為體系中的全面性、持久性、潛在性的模仿學習。郭為藩教授認為認同作用不一定是在意識中進行，同樣可能是下意識的，在一般情形下

，兒童在家庭中自然向父母認同，然而電視普及以後，兒童也很自然地向電視明星、故事中的英雄人物認同。班都拉界定認同作用指為個體吸取他人（即模式）的思想，感受與行動為己有、感同身後，如出一體。心理學家確認認同作用為個體道德發展，獲取社會價值觀念的主要途徑之一。

一般說來，認同作用之所以發生，主要是因被認同的對象具有可妒羨的特質如身份地位，權力或優勢，所以認同乃是補償心理上不足的一種作用。因為在生長的過程中，大多數兒童都會感覺自己在某一方面會有欠缺，在這種情形下。常會把他敬慕的人懸作崇拜的偶像，而在行為與思想上隨著這個他心目中理想的人物亦步亦趨，將他認為好的特質加以吸收，而成自己的一部份。一般而言，認同的對象可以有很多，重要的是要能把這多方面認同的結果，放在一個自我影像的架構裏，構成一個屬於自己的自我。

結 論

社會學習理論以簡單的原則如觀察、增強、模仿、認同等說明一些學習的現象，在應用上有某些值得吾人深思：

1. 兒童經由觀察父母或所謂重要他人而完成社會化，重要他人包括老師、同儕團體、電視主角人物……等。因此父母或其他重要他人應提供一個正向的學習楷模，讓兒童有一個積極的行為模式，再發展其個性潛能，而成為一個符合文化理想又能創新的人。

2. 一般而言，道德、情操的教學是比較不容易完成的。利用社會學習理論，安排可供模仿的模式，並適當的運用增強（包括正、負增強），讓兒童或一般社會大眾，從觀察中而自我實行或自我警惕，因此傳播工具應多發覺社會上正價值的層面，對於負價值層面的報導應以能使觀察者足以產生惕勵之心的角度來呈現。

3. 在學校或家裏，遏阻不適行為最直接的反應常是懲罰，懲罰若

以呈現負增強物為手段，固可使被懲者產生非常不適的感覺而產生立即的效果，但此種懲罰適足以產生模仿的效果，使用時不可不慎。因此懲罰不如拒賞（或沒收），即在個體未表現適當反應前，禁止個體享受某種權利。懲罰的目的達到，雙方又不傷和氣，亦較不會有負作用。

4. 社會學習無時無地不在進行著，就時間而言，從出生到年老；就空間而言，從家庭到學校到社會，從對象而言，舉凡目之所見，耳之所聞，幾乎都是學習的對象。因此，社會學習是持久的，隨機的和普遍的，可見，淨化社會、淨化生活是何等的重
要啊！

參考書目：

一、廖克玲譯著（民七十）社會學習理論巨匠——班都拉 台北允晨文化公司

二、吳武典（民六四）社會學習理論及其應用 載於師大學報第十六期 台北 師範大學

三、郭為藩（民七十）電視影響兒童社會學習之研究 載於師大教研所集刊 台北 師大

四、溫世頌（民六七）教育心理學 台北 三民書局

Morris, L.B. (1982) Learning Theories For Teachers (4th. Ed.) New York: Harper & Row, Publishers, Inc.

Bergan, B.R. & Dunn, J.A. (1976) Psychology & Education New York: John Wiley & Sons, Inc.

Bourne, L.E. & Ekstrand, B.R. (1982) Psychology (4th Ed.) New York: Holt, Rinehart & Winston.

Price, R.H. & Glickstein, M. & Horton, D.L. & Bailey, R.H. (1982) Principles of Psychology New York: Holt, Rinehart & Winston.

Hill, W. F. (1980) Learning: A Survey of Psychological Interpretations (3rd. Ed.) London: Methuen & Co. Ltd.

（吳昆壽本會四十七期輔導主任班結業國立教育學院特教研究所研究生）