

11

B. विस्मरण की परिभाषा दे तथा इसके कारणों की व्याख्या करे।

Ans. स्मृति (Memory) का एक नकारात्मक या ऋणात्मक पक्ष (negative aspect) विस्मरण का एक नकारात्मक स्मृति (negative memory) माना जाता है जब हम पूर्व सीखे गये अनुभवों को किसी कारण से खोल देते हैं या भूल जाते हैं तो उसे विस्मरण (forgetting) की संज्ञा दी जाती है। जब भी हम किसी बात को या विषय को सीखते हैं तो उसे स्मृति चिन्ह (memory traces) के रूप में मस्तिष्क में धारण करते हैं। जब स्मृति चिन्ह कमजोर पड़ जाते हैं या समाप्त हो जाते हैं तो हम पूर्व सीखे गये अनुभवों को याद नहीं कर पाते हैं और हम यह कहते हैं कि उसका विस्मरण हो गया है। इस तरह से हम कह सकते हैं कि विस्मरण एक ऐसी प्रक्रिया है जिससे स्मृति चिन्हों के खतरा हो जाने के कारण हमें सीखे गये अनुभवों को याद नहीं कर पाते हैं। लेकिन सचचाई यह है कि मनावैज्ञानिक रूप से विस्मरण का यह अर्थ अर्थ है क्योंकि कभी-कभी ऐसा होता है कि किसी सीखे गये पाठ की स्मृति चिन्ह बनी हुई होती है। हम उन अनुभवों को धारण किये होते हैं फिर भी उसकी प्रत्याहार (Recall) या प्रत्या-भिज्ञान (Recognition) नहीं कर पाते हैं। विस्मरण के निर्धारक या कारण निम्नांकित हैं जो इस प्रकार के होते हैं।

1. सीखना से सम्बन्धित कारक (Factors Related to Learning)  
→ किसी भी विषय के विस्मरण का प्रश्न ही नहीं पड़े हम उसे सीखते हैं और उससे सम्बन्धित कारकों द्वारा विस्मरण की मात्रा उभावित होती है। कुछ ऐसे कारक निम्नांकित हैं।

(A) सीखने जाने वाले विषय के स्वरूप :->

विषय का स्वरूप सार्थक या निरर्थक हो सकता है। मनोवैज्ञानिक ने अपने-अपने प्रयोगों के आधार पर यह देखा कि जब सीखने जाने वाला विषय निरर्थक होता है तो वैसी हास्य में उसे सीखने में भी अधिक प्रयास लगता है तथा साथ-साथ उसका विस्मरण भी जल्दी हो जाता है। और इस विषय को सार्थक विषयों की अपेक्षा व्यक्ति जल्द भूल जाता है इसके मुख्य ही कारण है कि सार्थक निरर्थक विषयों को व्यक्ति समझकर नहीं बल्कि रटकर (Rote) सीखता है फलतः स्मृति चिन्ह उतने मजबूत तथा सुदृढ़ नहीं हो पाते हैं जितना की सार्थक विषयों के स्मृति चिन्ह हो पाता है जब स्मृति चिन्ह कमजोर होता है तो स्वभावतः उसकी धारणा भी अधिक दिनों तक नहीं हो पाती है। और उसका विस्मरण जल्दी हो जाता है। इसके निरर्थक विषयों में व्यक्ति की न तो कोई अभिरुचि होती है और न ही उसके साथ कोई सार्थक साहचर्य (meaningful associations) ही व्यक्ति स्थापित कर पाता है। इसका परिणाम होता है कि व्यक्ति उसे तेजी से भूल जाता है।

(B) सीखने की मात्रा (Degree of Learning):->

किसी विषय को सीखने के लिए जितने प्रयासों की आवश्यकता है उससे अधिक प्रयास तक ही सीखने की न्यून सीखना कहा जाता है। जब किसी विषय की जरूरत के प्रयासों से भी अधिक प्रयासों तक सीखा जाता है तो उसकी स्मृति मजबूत हो जाती है। क्योंकि उससे बनने वाले स्मृति चिन्ह काफी सुदृढ़ तथा पुष्कल होते हैं। फलस्वरूप इसका विस्मरण धीरे से होता है दूसरी तरफ यदि किसी विषय की जरूरत के प्रयासों से कम प्रयास तक ही सीखा जाता है।

3

(C) सीरवी गये विषय की लम्बाई :->

सीरवे गये विषय की लम्बाई का प्रभाव स्मृति पर सीधा पड़ता है और फिर यह विस्मरण को भी प्रभावित करता है लम्बे विषयों की अपेक्षा छोटे विषयों की अपेक्षा अधिक होता है क्योंकि लम्बे विषय को व्यक्ति बार-बार दोहराता है फलस्वरूप लम्बे विषय का विस्मरण छोटे विषय के विस्मरण की अपेक्षा देरी से होता है (युडवर्थ व 1938) ने अपने प्रयोग में पाया कि यदि एक छोटे सूची तथा बड़े सूची को बराबर-बराबर प्रयास करके सीखा जाता है तो फिर बड़े सूची के एकांशों का विस्मरण छोटे सूची के एकांशों के विस्मरण की मात्रा से कम होता है।

(D) सीरवने की विधि :->

यदि सीरवने की विधि गलत तथा अनुपयुक्त होती है तो इसमें भी विस्मरण होता है। विहैकर (Whimwaker 1920) के अनुसार कुछ स्वतन्त्र-स्वतन्त्र परिस्थितियों को छोड़कर विश्राम विधि तथा अंश विधि से सीरवे गये विषय की यादों अधिक समय तक बनी होती है क्योंकि इसमें उत्पन्न स्मृति चिन्ह अधिक सजल और सजबूत होते हैं। फलस्वरूप व्यक्ति इस पाठ को जान्ती नहीं भूलता है। यदि कोई व्यक्ति किसी लम्बे विषय को अप्रिराम विधि से सीखता है तो इस तरह के विषय का विस्मरण तेजी से होता है क्योंकि इस विधि में सीरवे गए पाठ या विषय के सीरवने से उत्पन्न स्मृति चिन्ह अधिक सुदृढ़ नहीं हो पाता है। और उसकी स्मृति कमजोर हो जाती है।

(E) एकांशों का क्रमिक स्थान :->

मनोवैज्ञानिक ने कुछ प्रयोग किए हैं जिनमें यह प्रमाण्यता है कि सूची में एकांशों के

स्थान से भी विस्मरण प्रभावित होता है। वाडि (Ward) ने एक प्रयोग किया जिसमें प्रयोज्य ने 12 निश्चिक पदों की एक सूची को सीखा तथा उसके व्याण की जायें प्रत्याहान विधि से किया। परीणाम में पाया कि वेसै एकांश जो सूची के ऊपरी हिस्से में होते हैं। उनकी व्याण सबसे अधिक मजबूत होता है। उनमें कम मजबूत व्याण सूची के निचले हिस्से में आने वाले एकांशों का होता है। तथा सबसे कमजोर व्याण सूची के नीचे में आने वाले एकांशों का होता है।

२. चरण अंतराल से सम्बन्धित कारक →

विस्मरण के कुछ रीसों का कारण भी मनो वैज्ञानिकों द्वारा बताया जा रहा है जो व्याण अपाधि में होने वाले कारकों से सम्बन्धित है। किसी विषय को सीखने तथा उसके व्याण की जायें करने तक के अंतराल को व्याण अपाधि कहा जाता है।

(A) घुसी-मुख अपरोध :-

व्याण अन्तर्ाल में जब व्यक्ति किसी नये पाठ को सीखता है तो इसका प्रभाव मौलिक विषय के सीखने से उत्पन्न स्मृति-चिन्हों पर पड़ता है। इस प्रभाव का परीणाम यह होता है कि मौलिक विषय के स्मृति-चिन्ह कमजोर पड़ जाते हैं। और उनका विस्मरण हो जाता है। अतः बाद में सीखे गये विषय द्वारा मौलिक विषय के व्याण में उत्पन्न अपरोधिक प्रभाव का घुसी-मुख अपरोध कहा जाता है।

(B) अग्रलक्ष्मी उपरोध :-

अग्रलक्ष्मी उपरोध विस्मरण का दुसरा महत्वपूर्ण कारक है। जब हम किसी पाठ या विषय को सीखने के बाद उसका प्रत्याहान करता है तो उस समय कुछ नये विषयों को पहले सीखा गया होता है। बाधा पहुँचती है। इस तरह की बाधा या उपरोध को अग्रलक्ष्मी उपरोध कहा जाता है।

प्रश्न: प्रति अवरोध :->

नवीनतम शोधों से यह स्पष्ट है कि विस्माय का एक कारण पुनः प्रति अवरोध होता है। पुनः प्रति अवरोध से तात्पर्य है कि जब व्यक्ति स्मृति में संचित सूचनाओं का प्रत्याहान करता है तो व्यक्ति वांछित सूचनाओं का ही प्रत्याहान करता है साथ ही साथ वह उन एकांशों या सूचनाओं के लिए एव अवरोध उत्पन्न भी करता है जिसका वह प्रत्याहान उस समय नहीं करने की कोशिश करता है। इसका परिणाम यह होता है कि ऐसे एकांश का प्रत्याहान भविष्य में करित हो जाता है। और स्वयं पुनः प्रति की प्रक्रिया से विस्माय उत्पन्न हो जाता है।

उ. सीरवने वाले व्यक्ति से सम्बन्धित कारण :->

मनोवैज्ञानिकों ने विस्माय के कुछ कारण इस प्रकार हैं।

ख) स्वास्थ्य (Health):-

विस्माय की मात्रा व्यक्ति के स्वास्थ्य द्वारा प्रभावित होता है। यदि व्यक्ति प्रायः रोग-ग्रस्त रहता है तो उसका स्वास्थ्य भी खराब हो जाता है। इसका परिणाम यह होता है कि व्यक्ति किसी पाठ के सीरवने से उत्पन्न स्मृति-चिन्ह को अधिक समय तक धारण नहीं कर पाता है। फलतः यान् वह सीरवे गए विषयों की जानकारी से भूल जाता है। व्यक्ति का स्वास्थ्य ठीक रहने से उसमें स्मृति-चिन्हों का धारण कठे रहने की समस्त आधिक्य होती है। फलतः उसका विस्माय जल्दी नहीं होता है।

ग) मानसिक शक्ति :->

मानसिक शक्ति से भी विस्माय होता है। ऐसा देखा गया है कि जब व्यक्ति को एक निश्चित समय

देकर पूर्व सीटें जाए विषय का प्रत्याहार करने को कहा जाता है। तो वैसी परिस्थिति में प्रत्याहार काफी अच्छा होता है। यानी विस्माय की मात्रा काफी कम होती है। इसी तरह जब व्यक्ति को पूर्व सीटें जाए विषय का प्रत्याहार अन्यायक करने को कहा जाता है तो वैसी समय में करने को कहा जाता है। जब उनकी मानसिक क्षमता प्रत्याहार करने को नहीं होती है तो वह भी उसका प्रत्याहार नहीं कर पाता है। जिससे विस्माय की मात्रा अधिक बढ़ जाती है।

ए) सांख्यिक माप :  
समय व्यक्ति की सांख्यिक स्थिति काभी उस पर प्रभाव पड़ता है। यदि व्यक्ति उस समय किसी कारण अधिक चिन्तित रहा हुआ तथा लज्जित हुआ होता है तो स्वभावतः प्रत्याहार अधिक नहीं हो पाता है। और विस्माय की मात्रा बढ़ जाती है।

इस प्रकार हम देखते हैं कि विस्माय के कारणों को मनोवैज्ञानिकों ने भिन्न-भिन्न श्रेणियों में बाँटकर अध्ययन किया है जिसका वर्णन ऊपर किया जा चुका है।

Dr. Ramdhir Kumar  
Dept of Psychology  
Subject - (Sub 2) Fundamental Psychology  
U.R.C. Rozeera Samalpur  
9570435954, 9431852588.