

Topic: - Remembering
19.11.2020 [Factor influencing retention]
Unit 2 (Cognitive Psy)

प्रश्न: - धारण को प्रभावित करने वाले प्रमुख कारकों का वर्णन करें।

[Describe the factors influencing retention]

उत्तर: - व्यक्ति जब किसी विषय या पाठ को सीखता है, तो सीखने के साथ विषय को मस्तिष्क में सुरक्षित कराता है, उसे ही धारण कहते हैं। धारण स्मरण की दूसरी प्रक्रिया है। स्मरण के लिए किसी विषय को सीख लेना भी आवश्यक नहीं है, बल्कि उसे मस्तिष्क में धारण करना भी आवश्यक है।

धारण की क्रिया शिक्षण के तुरंत बाद प्रारंभ होती है। व्यक्ति जब किसी विषय को सीखता है, तो सीखने के फलस्वरूप उसके मस्तिष्क में स्मृति-चिन्ह बनता है। यह स्मृति-चिन्ह जब तक मस्तिष्क में वर्तमान रहता है, तब तक सीखा हुआ विषय याद रहता है और समाप्त होते ही विषय को भूल जाता है। इस सम्बन्ध में सर्वप्रथम मनोवैज्ञानिक अध्ययन इविंग्स [Ebbinghaus] ने किया। उन्होंने कुछ निरर्थक शब्दों का प्रयोग करके यह साबित किया कि सीखने के बाद जैसे-जैसे समय बीतता है, वैसे-वैसे स्मृति चिन्ह कमजोर होता है। परन्तु सभी मनोवैज्ञानिक इविंग्स के विचारों से सहमत नहीं हैं। कुछ मनोवैज्ञानिकों ने अपने प्रयोगात्मक अध्ययनों के आधार पर यह साबित करने का प्रयास किया है कि स्मरण पुनरावृत्ति पर निर्भर नहीं होता, बल्कि रचनात्मक होता है। इस संबंध में बर्ट्रेण्ड [Bertrand] ने अनेक अध्ययन किया। सुप्रसिद्ध मनोवैज्ञानिक फ्रायड [Freud] भी उनके विचारों से सहमत नहीं हैं।

अब प्रश्न उठता है कि किसी विषय का धारण मजबूत तथा किसी विषय का कमजोर क्यों होता है? क्यों कोई स्मृति-चिन्ह जल्द मिट जाता है? इस तरह कुछ ऐसे तत्व हैं, जो धारण को प्रभावित करते हैं। धारण को प्रभावित करने वाले कई कारकों की चर्चा मनोवैज्ञानिकों ने की है। धारण को प्रभावित करने वाले कारकों को मुख्यतः दो भागों में बांटा जा सकता है। -

- (1) धारण करने वाले व्यक्ति की विशेषता।
 - (2) सीखे जाने वाले विषय की विशेषता।
- प्रत्येक व्यक्ति की कुछ विशेषताएँ होती हैं। उन विशेषताओं का प्रभाव व्यक्ति के धारण पर पड़ता है तथा कुछ विषय की विशेषता होती है, उसका भी प्रभाव व्यक्ति

के व्याण पा पड़ता है। व्याण की प्रभावित करने वाले मुख्य कारक निम्नलिखित हैं:-

① उम्र (Age): → व्याण की क्रिया व्यक्ति की उम्र पर निर्भर करती है। बच्चों का मस्तिष्क परिपक्व नहीं होता, इसलिए उसका व्याण कमजोर होता है। जैसे-जैसे उम्र में वृद्धि होती है, वैसे-वैसे व्याण की क्रिया तीव्र होती जाती है, लेकिन एक निश्चित उम्र के बाद इस क्रिया में झुंझट होने लगता है। अर्थात् बूढ़े व्यक्तियों में व्याण कमजोर हो जाता है, जिससे सीखने का विषय बहुत अधिक दिनों तक समाप्त नहीं रह पाता है। इस प्रकार बच्चों का व्याण बच्चों तथा बूढ़ों की अपेक्षा अधिक होता है।

② यौन (Sex): → यौन भी व्याण की क्रिया को प्रभावित करता है। सभी बातें समान रहने पर भी ऐसा होता जाता है कि लड़कियों का व्याण लड़कों की अपेक्षा अच्छा होता है। इसका रस का कारण यह है कि लड़कियों लड़कों की अपेक्षा पहले परिपक्व होती हैं। उसका मस्तिष्क भी पहले विकसित होता है। इसलिए उसमें व्याण की क्रिया पहले प्रारंभ होती है।

③ बुद्धि (Intelligence): → व्याण पर व्यक्ति के बुद्धि का भी प्रभाव देखा जाता है। जो व्यक्ति बुद्धिमान होते हैं, उनका व्याण मन्द बुद्धि के व्यक्तियों की अपेक्षा अधिक होता है। वे विषय को समझकर सीखते हैं। इसलिए उनका व्याण अपेक्षाकृत मजबूत होता है। परन्तु मन्द बुद्धि वाले व्यक्ति विषय को रट का सीखते हैं, विषय के विभिन्न प्रश्नों के बीच सम्बन्ध स्थापित नहीं कर पाते। फलतः उनका व्याण कमजोर होता है।

④ स्वास्थ्य (Health): → व्याण की क्रिया स्वास्थ्य पर भी निर्भर करती है। जो व्यक्ति शारीरिक एवं मानसिक रूप से स्वस्थ होते हैं, उनका स्मृति-बल अधिक मजबूत बनता है तथा अधिक दिनों तक बना रहता है। परन्तु जो शारीरिक एवं मानसिक रूप से अस्वस्थ होते हैं, उनका व्याण कमजोर होता है। वे किसी विषय

विषय को याद करने में सक्षम नहीं होते।

(5) संवेगात्मक स्थिति (Emotional State):—कुछ व्यक्तियों में असुरक्षा एवं दुश्चिन्ता की भावना अधिक होती है। ऐसे व्यक्तियों का ध्यान कमजोर होता है। इस सम्बन्ध में विरेका (Vireka) ने अध्ययन किया और पाया कि लक्ष्यों के ध्यान की प्रक्रिया पर संवेगात्मक स्थिति का प्रभाव पड़ता है।

(6) प्रेरणा एवं अभिलषा (Motivation and Desire):—किसी विषय को सीखने की प्रेरणा रहने पर उस विषय का स्मृति चिह्न मजबूत बनता है। प्रेरणा रहने पर व्यक्ति उस विषय को लक्ष्य के साथ सीखता है। पता चला कि जिस विषय की सीखने की प्रेरणा व्यक्ति में नहीं होती, उसका ध्यान कमजोर होता है। उस विषय की सीखने में कठिनाई होती है तथा याद किया हुआ विषय जल्द भूल जाया है।

(7) सीखने की विधि (Methods of Learning):—सीखने की अनेक विधियाँ हैं। शिक्षण-विधि का प्रभाव भी ध्यान की प्रक्रिया पर पड़ता है। इन विधियों में पूर्ण तथा अंश विधि, विराम तथा अविराम विधि, साम्यप्रणय एवं प्रायोगिक विधि प्रमुख हैं। प्रत्येक विधि में कुछ गुण और दोष होते हैं जो सीखने की क्रिया को प्रभावित करते हैं तथा जिससे हमारा ध्यान भी प्रभावित होता है। जैसे—अविराम विधि की अपेक्षा विराम विधि से, पूर्ण-विधि की अपेक्षा अंश-विधि से, निष्क्रिय-विधि की अपेक्षा सक्रिय-विधि से सीखना ज्यादा लाभदायक होता है। इन विधियों से सीखे गये विषय का ध्यान अधिक समय तक मस्तिष्क में स्थापित रहता है।

(8) सीखे गये विषय का स्वरूप (Nature of the Subject):—विषय का स्वरूप दो प्रकार का होता है।—
सार्थक विषय तथा निरर्थक विषय। मनोवैज्ञानिक प्रयोगों से स्पष्ट हो चुका है कि सार्थक विषय का ध्यान निरर्थक विषय की अपेक्षा अधिक टिकाऊ होता है। सार्थक विषय का स्मृति-चिह्न अधिक मजबूत होता है, क्योंकि सार्थक विषय के विभिन्न पक्षों में सादृश्य स्थापित होता है, जबकि निरर्थक विषयों का सादृश्य स्थापित नहीं हो पाता है। इसलिए निरर्थक विषय देर से याद होता है तथा उसे जल्द भूल जाते हैं।

(७) सीखने की मात्रा (Amount of Learning) :- सीखने की मात्रा को अमान भी ध्याण में पड़ता है। मात्रा से यह तात्पर्य है कि किसी विषय को किस स्तर तक सीखा गया, जैसे - किसी विषय को सीखने के लिए दस प्रयास तक अभ्यास करना आवश्यक है और यदि उसे मात्र दस प्रयास तक सीखा गया तो उसे Under Learning कहेंगे। इसी प्रकार, किसी विषय को सीखने के लिए दस प्रयास की आवश्यकता है और उसे चन्द ही प्रयास तक सीखा गया तो उसे Over Learning कहा जायेगा। किसी विषय के Under Learning से ध्याण कमजोर होगा, जबकि Over Learning को ध्याण मजबूत होगा। उसका स्मृति-चित्र बहुत अधिक दिनों तक मस्तिष्क में वर्तमान रहता है।

(८) विषय की लम्बाई (Length of Material) :- कोई विषय छोटा होगा या बड़ा कोई लम्बा। प्रश्न: ऐसा कैसे जाना है कि छोटे विषय की अपेक्षा लम्बे विषय का ध्याण मजबूत होता है। उसका कारण यह है कि छोटे विषय को सीखने के लिए कम बार दुहराने की आवश्यकता होती है, इसलिए उसका स्मृति-चित्र मजबूत नहीं हो पाता है। दूसरी ओर लम्बे विषय को सीखने के लिए अधिक बार दुहराने की आवश्यकता होती है, जिससे स्मृति-चित्र स्वयं बलवत् होता है और उसका ध्याण मजबूत होता है।

(९) पूर्वोन्मुख अवरोध (Retardation Effect) :- व्यक्ति जब किसी विषय को सीखता है और तुरंत उसके बाद किसी दूसरे विषय को सीखता है, तो बाद का शिक्षण पहले शिक्षण को प्रभावित करता है। इसे ही पूर्वोन्मुख अवरोध कहते हैं। इस बात की पुष्टि मूलर और पिन्जेक ने अपने प्रयोगों के आधार पर की है। जैसे - कोई निष्कर्ष उद्धार सीखता है और उसके तुरंत बाद कार्यशास्त्र सीखता है, तो शिष्टाचार के शिक्षण पर बुरा प्रभाव पड़ता है। इस प्रकार पूर्वोन्मुख अवरोध ध्याण की कमजोरी बताता है।

Effect