Rohtas Mahila College, Sasaram, 25-07-20
Dr. Aman Mumu. Dept of Psychology, B.A. Part I Pr-I
2019-20

(Topic - विस्मरण के कारण - Cause of forgetting) :- हम भूलते क्यों हैं ? यह एक कठिन एवं जटिल समस्या है। इस समस्या के समाधान के लिए मनोवैज्ञानिक ~~बहुत~~ शुरू से ही प्रयत्नशील रहे हैं। उनके प्रयासों से विस्मरण के जिन कारणों का पता चला है, उन्हें निम्नलिखित हैं।

(1.) सीखी गयी सामग्री का स्वरूप :- सीखी गयी सामग्री या विषय का विस्मरण बहुत अंशों में उसके स्वरूप पर निर्भर करता है। सार्थक विषय की अपेक्षा निरर्थक पद जल्दी भूल जाते हैं। कारण, (i) निरर्थक विषय के स्मृति चिन्ह गहरे तथा स्पष्ट नहीं बनते हैं। ऐसे विषय में हमारी रुचि नहीं के बराबर होती है। (ii) निरर्थक विषय का साहचर्य किसी परिचित चीज के साथ स्थापित नहीं हो पाता है, जिससे हम उस विषय को जल्दी ~~भूल~~ भूल जाते हैं। (iii) निरर्थक विषय का उपयोग दैनिक जीवन में प्रायः नहीं होता है। इसलिए उस विषय को सार्थक ~~विषय~~ विषय की तरह दुहराये जाने का अवसर नहीं ~~मिलता~~ मिलता है। फलतः स्मृति चिन्ह शीघ्र ही क्षीण हो जाते हैं जाते हैं या मिट जाते हैं। (iv) निरर्थक विषय को समझकर नहीं सीखा जाता है। जैसे :- निरर्थक पदों को हम रट कर सीखते हैं। उसके विपरीत सार्थक विषय को समझ कर सीखते हैं। उस कारण भी निरर्थक विषय की छाप मस्तिष्क में दुर्बल बनती है और जल्दी मिट जाती है।

2 सीखे गये विषय की लम्बाई :- लम्बे विषय की अपेक्षा छोटे विषय का विस्मरण जल्दी होता है। कारण लम्बे विषय को सीखने में अधिक प्रयत्नों की आवश्यकता होती है। अतिशिक्षण (Over Learning) के कारण स्मृति चिन्ह गहरे बनते हैं। इसलिए, उस विषय की धारणा अधिक ~~अ~~ दिनों तक कायम रहती है। छोटे विषय को सीखने में बहुत कम प्रयत्नों की आवश्यकता होती है। अतः स्मृति चिन्ह ~~दुर्बल~~ दुर्बल बनते हैं। जिससे विषय का विस्मरण जल्दी हो जाता है।

3. सीखने की मात्रा :- किसी विषय को सीखने में जितने ~~प्रयत्नों~~ प्रयत्नों की आवश्यकता होती है, उससे अधिक प्रयत्न

करने पर स्मृति चिन्ह अधिक गहरे तथा स्पष्ट बनते हैं, जिससे उस विषय का विस्मरण देर से होता है। इसके विपरीत आवश्यक प्रयत्नों से कम ~~प्रय~~ प्रयत्नों करने पर स्मृति चिन्ह कम जोर बनते हैं, जिससे उस विषय का विस्मरण जल्दी हो जाता है। ~~स्पष्टत~~ स्पष्टतः सीखे गये विषय के विस्मरण पर सीखने की मात्रा का प्रभाव पड़ता है।

4 सीखने की विधियाँ :-(methods of learning) :- सीखने की विधियों का प्रभाव धारणा की प्रबलता पर पड़ता है। अन्य परिस्थितियों के समान होने पर विराम विधि से सीखे हुए विषय का विस्मरण अविराम विधि से सीखे गये विषय की अपेक्षा देर से होता है। कारण यह है कि अविराम विधि से सीखते समय स्मृति चिन्ह को दृढ़ बनने का अवसर नहीं मिल पाता है जिस जिससे वे जल्दी क्षीण हो जाते हैं। विराम विधि में ~~रिहर्सल~~ रिहर्सल तथा स्मृति चिन्ह के दृढ़ बनने का मौका मिल जाता है, जिससे वे प्रबल बन जाते हैं तथा देर से क्षीण या होते या मिटते हैं।

5) कार्य समापन अवरोधन :- जिस कार्य को व्यक्ति पूरा कर लेता है, उसका विस्मरण जल्दी होता है और जिस कार्य को वह पूरा नहीं कर पाता है, उसका विस्मरण देर से होता है।

Scanned with CamScanner