S.S. College, Jehanabad.

B.A. I   Psychology (Subsidiary)

Topic — Remembering (स्मरण)

Teacher — A.K. Sinha

मानव प्राणी की शैक्षणिक प्रक्रियाओं में शिक्षण के बाद स्मरण (Remembering) का स्थान आता है। सीखे हुए व्यवहार को यदि स्मरण में नहीं उतारा जाता है तो प्राणी सीखे हुए व्यवहारों को भूल जाता है। अतः शिक्षण के लिए स्मरण का होना अनिवार्य है।

Chaplin ने स्मरण को परिभाषित करते हुए कहा है कि "Remembering is the process of retaining the memory traces of previously learned material and to bring them to the present consciousness."

उपर्युक्त परिभाषा से यह पूर्णरूपेण स्पष्ट हो जाता है कि स्मरण धारण क्रिया पर आधारित है जिसके अन्तर्गत पूर्व में सीखे गये अनुभवों या व्यवहारों से सम्बन्धित स्मृतिचिन्ह मस्तिष्क में धारित (Retain) किये जाते हैं और वे वर्तमान या भविष्य में यथावश्यक पुनःप्रतिक्रिया के रूप में वर्तमान चेतना में लाया जाता है। यहाँ पर देखने योग्य बात यह है कि धारण क्रिया (Retaintion) ही स्मरण का मुख्य आधार है जो पूर्व के सीखे हुए विषय, व्यवहार या अनुभूतियों को स्मृतिचिन्ह के रूप में मानव मस्तिष्क में धारित (Retain) किया जाता है। इस प्रकार Remembering प्राणी का एक मानसिक क्रिया है जो Retaintion पर पूर्णरूपेण आधारित होता है।

प्रारम्भ में धारण (Retention) पर कोई प्रयोगिक अध्ययन नहीं हुआ था। सर्वप्रथम इस पर प्रयोगिक अध्ययन का प्रारम्भ Ebbinghaus द्वारा किया गया। इनके प्रयोगिक अध्ययनों का प्रकाशन Memory नामक पुस्तक 1885 में हुआ। और शिक्षण के क्षेत्र में एक नया अध्याय का प्रारम्भ हुआ। इन्होंने प्रारम्भ में 2300 निरर्थक पदों को बना कर उसे अपने प्रयोज्यों पर प्रयोगात्मक अध्ययन किये। इसके पहले यह माना जाता

था कि शिक्षण, स्मरण तथा विस्मरण जैसी उच्चतर मानसिक क्रियाओं का प्रयोगात्मक अध्ययन नहीं हो सकते हैं। परन्तु Ebbinghaus के विलक्षण प्रतिभा से इन वर्जित क्षेत्रों को भी मनोवैज्ञानिक प्रयोगों के अधिकार-क्षेत्र के अन्दर रख दिया और उन पर ऐसे प्रयोग किये गये और ऐसे निष्कर्ष प्राप्त हुए जिन्हें आज भी बड़े सम्मान की नजर से देखा जाता है।

Ebbinghaus एक साहचर्यवादी मनोवैज्ञानिक थे अतः इनके अध्ययनों का उद्देश्य यह देखना था कि साहचर्य किस प्रकार स्थापित होते हैं तथा ये स्थापित साहचर्य किस प्रकार बने रहते हैं। इसके लिए इन्होंने स्मरण की पूर्वापेक्षा धारण क्रिया को ही आधार बनाया क्योंकि धारण क्रिया के बिना स्मरण सम्भव नहीं है। इनके अनुसार पूर्व के सीखी हुई अनुभूतियों अथवा अनुभवों से सम्बन्धित (Memory trace) स्मृतिचिन्ह बनते हैं जो मस्तिष्क में संचित होते हैं। यह भी सत्य है कि जिन अनुभवों या सीखे गये व्यवहारों का अभ्यास जितना अधिक होता है, स्मृतिचिन्ह भी उतना ही सुदृढ़ बनता है। इसके उस तथ्य को नकारा नहीं जा सकता है कि स्मृतिचिन्ह का टिकाऊपन अभ्यास के साथ-साथ उसका उपयोग पर भी निर्भर करता है। अतः स्मरण के लिए धारण क्रिया (Retention) का महत्वपूर्ण भूमिका है। Ebbinghaus के अनुसार धारण क्रिया शिक्षण तथा विस्मरण के बीच की एक अतिआवश्यक कड़ी है।

अब प्रश्न यह है कि धारण क्रिया कैसे होती है? स्मृतिचिन्ह कैसे बनता है? इन प्रश्नों के उत्तर के धारण क्रिया से सम्बन्धित या धारण क्रिया के संबंध

अन्य क्रियाओं का उल्लेख करना यहाँ अनिवार्य प्रतीत होता है। यों तो धारणा क्रिया के सम्बन्ध में कहा जाता है कि Storing and preserving the effects of past learning is called Retention. परन्तु इसके अन्तर्गत भी अन्य प्रक्रियाएँ हैं जो निम्नलिखित हैं।—

1. (Sensory Processes) ज्ञानवाही प्रक्रियाएँ — सर्वप्रथम ज्ञानवाही प्रक्रियाओं के द्वारा ही नये उद्दीपनों का प्रत्यक्षीकरण के उपरान्त सीखने की क्रिया होती है। कुछ मनोवैज्ञानिकों ने इसे धारण क्रिया की पहली प्रक्रिया (Input) के रूप में माना है। क्योंकि ज्ञानवाही प्रक्रिया के बिना न तो सीखना ही सम्भव है और न ही उससे सम्बन्धित स्मृतिचिन्ह ही बनकर धारित किये जा सकते हैं। इस प्रकार यह धारणा क्रिया का पहला पायदान है।

2. संगठन की प्रक्रिया :— नई उद्दीपनों या अनुभवों को मस्तिष्क में प्राप्त संवेदी सूचनाओं के परिणामस्वरूप प्रत्यक्षीकरण की मानसिक प्रक्रिया होती है इनके समान तथा सूचनाओं को संगठित करने की प्रक्रिया सम्मिलित है। यहीं पर साहचर्य क्रिया की स्थापना होती है। साहचर्य की स्थापना होने से ही प्राप्त सूचनाएँ संगठित होती हैं तथा उनमें बिखराव नहीं होता है।

3. संचयन (Storing) :— सीखे गये अनुभवों अथवा व्यवहारों से संबंधित प्राप्त सूचनाओं को मस्तिष्क में संगठित रूप से स्मृतिचिन्हों के रूप में संचित होते हैं इसे ही संचयन की प्रक्रिया कहते हैं। सीखे गये अनुभव या व्यवहार जितना अधिक तथा उपयुक्त होता है उतना ही अधिक समय तक उन स्मृति-चिन्हों को मस्तिष्क धारित रखता है। इन्हें स्मृतिचिन्हों को संचित भण्डार भी कहा जा सकता है।

4. Holding (रोके रखना) — सीखी गई अनुभवों तथा व्यवहारों से सम्बन्धित स्मृति-चिन्हों को संचित होने के बाद स्मरण भंडार में सुरक्षित रखने की प्रक्रिया होती है। यानि स्मृति-चिन्हों को अधिक समय तक बरकरार रखना या कायम रखने की प्रक्रिया।

इसी प्रक्रिया के परिणामस्वरूप स्मृति-चिह्न अल्पकालिक तथा दीर्घकालिक स्मृति भंडारों में रहते हैं। अल्पकालिक तथा दीर्घकालिक स्मृति-चिह्न से तात्पर्य यह है कि स्मृति-चिह्नों के लुप्त होने की दर अलग-अलग रहने की अवधि से है।

5. पुनः प्राप्ति (Retrieving) :— जब मौलिक सूचना को प्रेषित करनेवाली उत्तेजना अनुपस्थित रहती है और व्यक्ति के सामने पूर्व के अनुभव की कोई उत्तेजना या स्मरण करने या उपयोग में लाने का अवसर उपस्थित होता है तब व्यक्ति द्वारा उसका स्मरण किया जाता है। इस प्रक्रिया में व्यक्ति को स्मृति-चिह्नों में उन सूचनाओं या चिह्नों की खोज करनी पड़ती है जिनका स्मरण करना उस परिस्थिति में आवश्यक होता है। इस प्रकार यह कहा जा सकता है कि मानसिक रूप से स्मृति भंडारों में सही स्मृति-चिह्नों को खोजने की मानसिक प्रक्रिया को ही पुनः प्राप्ति की संज्ञा दी जाती है।

6. निर्णय करना (Deciding) — उपयुक्त स्मृति-चिह्नों की पुनः प्राप्ति की मानसिक प्रक्रिया में निर्णय लेने की मानसिक प्रक्रिया भी होती है। व्यक्ति किसी पूर्व सीखे गये अनुभवों या व्यवहारों का स्मरण करते समय यह निर्णय करता है कि पूर्व अनुभव या व्यवहार का कौन प्रतीक वर्तमान परिस्थिति के अनुरूप है। और निर्णय के बाद ही पूर्व अनुभवों का पुनरावाहन या पहचान करता है।

7. परिणाम (Result) :— कुछ मनोवैज्ञानिकों द्वारा इसे output की संज्ञा भी दिया गया है। उपर्युक्त प्रक्रियाओं के परिणामस्वरूप जब व्यक्ति कोई निर्णय कर लेता है तब वह किसी क्रिया को करता है या किसी क्रिया को नहीं करता है। यह व्यक्ति के द्वारा लिए गये निर्णय के परिणाम के रूप में प्रस्फुटित होता है।