SEM - II

MEMORY स्मृति

Meaning अर्थ

सामान्यतः किसी सीखी गई विषयवस्तु अथवा क्रिया की आवश्यकता पड़ने पर पुनःस्मरण करने की शक्ति को स्मृति कहते हैं। मनोविज्ञान की भाषा में स्मृति एक मानसिक प्रक्रिया है जो प्रत्येक प्राणी में किसी न किसी मात्रा में अवश्य पाई जाती है। जब कोई व्यक्ति किसी वस्तु, स्थान अथवा व्यक्ति को देखता है या अपनी किसी अन्य इन्द्रिय द्वारा कोई अनुभव प्राप्त करता है तो इनके प्रतीक अथवा चिन्ह, संकेत (code) के रूप में, उसके अचेतन मन में संचित हो जाते हैं। आवश्यकता पड़ने पर अचेतन मन में संचित इन अनुभवों को चेतन मन में लाने की प्रक्रिया ही 'स्मृति' Memory है।

स्मृति एक सामान्य पद है जिससे तात्पर्य पूर्व अनुभूतियों (Past experiences) को मस्तिष्क में इकट्ठा कर रखने की क्षमता से होता है। मनोवैज्ञानिकों ने स्मृति के दो पक्ष (aspect) बताए हैं -

(1) धनात्मक पक्ष (Positive Aspect)

(2) ऋणात्मक पक्ष (Negative Aspect)

स्मृति के धनात्मक पक्ष से तात्पर्य पूर्व अनुभूतियों को याद करके रखने से होता है तथा ऋणात्मक पक्ष से तात्पर्य उन अनुभूतियों को याद करने की असमर्थता से होता है अतः यह कहा जा सकता है कि स्मृति का धनात्मक पक्ष स्मरण (remembering) तथा ऋणात्मक पक्ष विस्मरण (forgetting) की प्रक्रिया है

परिभाषा Definition

Stout ⇒ Memory is the characteristic of living organisms is the merely reproduction, in which the objects of past experience are reinstated as far as possible in the order and

manner of their original occurrence.

स्टाउट ⇒ स्मृति एक आदर्श पुनरावृत्ति है जिसमें अतीत काल के अनुभवों उसी क्रम तथा ढंग से जागृत होते हैं जैसे कि पहले हुए थे।

~~Ray~~ RYBURN ⇒ The power that we need to store our experience and to bring them into the field of consciousness sometime after the experiences have occurred is termed memory.

रायबर्न ⇒ जिस शक्ति द्वारा हम अपने अनुभवों को संचित करते हैं, कुछ समय बाद उनको पुनः चेतना क्षेत्र में लाने को स्मृति कहते हैं।

Ross ⇒ A memory is a new experience determined by the disposition laid down by previous experiences, the relation between the two being clearly understood.

रॉस ⇒ स्मृति एक प्रकार का नया अनुभव होता है ~~जो~~ जो अतीत काल के अनुभवों द्वारा निर्धारित होता है तथा जिसमें इन दोनों में संबंध स्पष्ट रूप से समझा जाता है।

WOODWORTH ⇒ Memory consists in remembering what has previously been learned.

वुडवर्थ → पूर्व में सीखे गए ज्ञान का प्रत्यक्ष उपयोग ही स्मृति है।

McDOUGALL ⇒ Memory implies imaging of events as experienced in the past and recognising them as belonging to one's own past experience.

मैक्डूगल ⇒ स्मृति से तात्पर्य अतीत की घटनाओं की कल्पना करना और इस तथ्य को पहचानना कि ये अतीत के अनुभव हैं।

TYPES OR KINDS OF MEMORY

स्मृति के प्रकार

(1) सत्य स्मृति (True Memory) → यह स्वतंत्र प्रत्यास्मरण (recall) पर आधारित होती है। इसे वास्तविक स्मृति भी कहा जाता है इस प्रकार की स्मृति रुचि (interest) तथा साहचर्य (association) के नियम से क्रियान्वित होती है तथा मस्तिष्क के विकास के लिए प्रशिक्षण या अधिगम के हस्तांतरण (transfer of learning) में सहायता भी करती है।

(2) आदतन स्मृति (Habitual Memory) → यह उन गत्यात्मक गतियों पर आधारित होती है जिन्हें मशीनी स्मृति कहा जा सकता है। यह उन क्रियाओं से उत्पन्न होती है जिन्हें बार-बार किया जाता है इस प्रकार बार-बार की जाने वाली क्रिया भली भाँति याद हो जाती है तथा बिना किसी प्रयास के इसे प्रत्यस्मरण (recall) कर लिया जाता है। यह एक प्रकार की यांत्रिक (mechanical) स्मृति है।

(3) तात्कालिक स्मृति (Immediate Memory) → जब चीजों को याद किया जाता है तथा तुरंत ही प्रत्यास्मरण कर लिया जाता है अर्थात् इस स्मृति में याद की हुई सामग्रियों को तत्काल सुना देते हैं। यह अधिक दिनों तक टिकने वाली स्मृति नहीं होती। इस स्मृति का प्रयोग प्रायः विद्यार्थी परीक्षाकाल में करते हैं। जब विद्यार्थी रात को याद करके दूसरे दिन परीक्षा में लिख देते हैं। इस प्रकार की स्मृति का कुछ समय बाद लोप हो जाता है।

(4) प्रतीक्षित स्मृति (Delayed Memory) → जब किसी चीज को कुछ समय बीतने के बाद स्मरण किया जाता है तो इसे प्रतीक्षित स्मृति कहा जाता है। कुछ मनोवैज्ञानिक इसे स्थायी स्मृति भी कहते हैं। यह बच्चों की अपेक्षा बड़ों में बेहतर होती है।

(5) व्यक्तिगत स्मृति (Personal Memory) → जब व्यक्तिगत
(वैयक्तिक) अनुभवों तथा

घटनाओं को प्रत्यस्मरण (recall) किया जाता है तो इसे व्यक्तिगत स्मृति कहा जाता है। इस स्मृति का संबंध स्वयं व्यक्ति के अनुभवों से होता है।

(6) वस्तुनिष्ठ स्मृति (Impersonal Memory) → जब तथ्यों या
(अवैयक्तिक)
(अव्यक्तिगत) सूचनाओं आदि को

बिना किसी व्यक्तिगत संदर्भ के प्रत्यास्मरण किया जाता है तो इसे अव्यक्तिगत या वस्तुनिष्ठ स्मृति कहा जाता है। यह स्मृति व्यक्ति के बाहर अन्य ऐसी बातों और वस्तुओं से संबंधित होती है जो व्यक्ति के अनुभव क्षेत्र में प्रत्यक्ष रूप से नहीं आती।

(7) रटंत स्मृति (Rote Memory) → जब बच्चे किसी चीज को समझ तथा अंतर्दृष्टि की अनुपस्थिति में सीखते हैं तो इसे रटंत स्मृति कहा जाता है।

(8) तार्किक स्मृति (Logical Memory) → जब कोई व्यक्ति किसी चीज को समझ, अंतर्दृष्टि तथा तर्क के साथ सीखता है तो इसे तार्किक स्मृति कहा जाता है।

(9) सक्रिय स्मृति (Active Memory) → जब बच्चे तथ्यों तथा सूचनाओं को आवश्यकता अनुसार प्रत्यस्मरण कर पाते हैं, या वे स्मरण या प्रत्यास्मरण करने के लिए सोचा समझा प्रयास करते हैं तो इसे सक्रिय स्मृति कहते हैं।

अर्थात इस स्मृति में व्यक्ति जानबूझकर कुछ तथ्यों को धारण करता है और उनकी पुनर्स्मृति आवश्यकता पड़ने पर प्रयास के साथ करता है। यह स्मृति व्यक्ति की चेतनावस्था में सदैव रहती है और इसका प्रयोग भी बराबर होता रहता है।

(10) निष्क्रिय स्मृति (Passive Memory) → जब चीजों को बिना किसी प्रयास या इच्छा

के स्मरण कर लिया जाता है तो इसे निष्क्रिय स्मृति कहा जाता है।

(ii) शारीरिक स्मृति (Physical memory) → यह एक यांत्रिक प्रकार की स्वचालित स्मृति होती है जिसे बिना किसी विशेष ध्यान दिये अर्जित कर लिया जाता है।

अर्थात् कोई शारीरिक कार्य बार-बार करने से तत्संबंधी अंग क्रिया को स्वयं याद कर लेते हैं और क्रिया उन अंगों के द्वारा बिना बुद्धि का प्रयोग किए भी होने लगती है जैसे - अभ्यास से अँगुलियों का तड़प करना, साइकिल चलाना आदि।

(iii) मनोवैज्ञानिक स्मृति (Psychological Memory) → जब कोई व्यक्ति किसी को प्रभावपूर्ण तथा शीघ्रता से प्रत्यास्मरण कर पाता है तो इसे मनोवैज्ञानिक स्मृति कहा जाता है इसे सर्वोत्तम प्रकार की स्मृति कहा जाता है

मनोवैज्ञानिकों (Psychologists) ने स्मृति के कई प्रकार बताए हैं। समय को कसौटी (Criterion) मानकर स्मृति के तीन प्रकार बताए हैं।

(1) संवेदी स्मृति (Sensory Memory)
(2) लघु अवधि स्मृति (Short-term Memory or STM)
(3) दीर्घ अवधि स्मृति (Long-term Memory or LTM)

(1) संवेदी स्मृति (Sensory Memory) → संवेदी स्मृति वैसी स्मृति संचयन (Storage) को कहा जाता है जिसमें सूचनाओं को सामान्यतः एक सेकण्ड या उससे कम अवधि के लिए व्यक्ति रख पाता है। इस स्मृति में प्राप्त सूचनाओं को उनके मौलिक रूप में अर्थात् उसमें बिना किसी तरह के फेर-बदल किए ही रखा जाता है। संवेदी स्मृति को संवेदी संचयन (Sensory Storage) या

संवेदी रजिस्टर (Sensory register) भी कहा जाता है। संवेदी स्मृति दो तरह की होती है -

(1) प्रतिमा सम्बंधी स्मृति (Iconic Memory)
(2) प्रतिध्वनिक स्मृति (Echoic Memory)

प्रतिमा सम्बन्धी स्मृति में व्यक्ति देखे गए वस्तु या व्यक्ति के बारे में एक सेकण्ड तक एक दृष्टि चिन्ह (Visual Image) रख पाता है जबकि प्रतिध्वनिक स्मृति में व्यक्ति किसी सुनी हुई आवाज उद्दीपन का श्रवण चिन्ह (auditory trace) अपने मन में रख पाता है।

(2) लघु अवधि-स्मृति (Short-term Memory or STM) - इसे विलियम जेम्स (William James) ने प्राथमिक स्मृति (Primary memory or PM) भी कहा है। इस तरह की स्मृति की दो विशेषताएँ बताई गई हैं। STM में किसी विषय या घटना को अधिक से अधिक 20-30 सेकण्ड तक धारित (retain) करके रखा जाता है तथा इसके विषय (content) को व्यक्ति एक दो प्रयासों (trials) में ही सीखे हुए होता है, यानी इसमें सीखने की मात्रा (degree of learning) कम (poor) होती है।

(2) दीर्घ-अवधि स्मृति (Long-term memory or LTM) → विलियम जेम्स (William James) ने इसे गौण स्मृति (secondary memory or SM) भी कहा है। इस तरह की स्मृति में व्यक्ति किसी पाठ घटना आदि को कम से कम 30 second तक याद किए रहता है तथा अधिक से अधिक कितने दिनों तक याद रखता है, इसकी कोई सीमा नहीं होती। जैसे व्यक्ति अपना टेलीफोन नम्बर तथा अपने निकट रिश्तेदारों का टेलीफोन नम्बर को LTM में धारित किए रहता है।

घटनाओं तथा अनुभूतियों के स्वरूप (Nature) के आधार पर तुलविंग (Tulving, 1972) ने दीर्घ-अवधि स्मृति को दो प्रकार बताए हैं -

(1) प्रासंगिक स्मृति (Episodic Memory)
(2) अर्थगत स्मृति (Semantic Memory)

(1) प्रासंगिक स्मृति (Episodic memory) → इस तरह की स्मृति में वैसी व्यक्तिगत अनुभूतियाँ एवं घटनाएँ होती हैं जो अल्पायी रूप से व्यक्ति के साथ घटित हुई होती हैं। जैसे जब विद्यार्थी यह कहता है कि उसके बचपन के दिन कश्मीर में बीते थे, तो यह प्रासंगिक स्मृति का उदाहरण होगा।

(2) अर्थगत स्मृति (Semantic memory) → इस तरह की स्मृति में बालक शब्दों, संप्रत्यय (concepts) तथा किसी तथ्य को संचित करके रखता है। जैसे CAT का अर्थ बिल्ली होता है उसी प्रकार 2+2=4.