

Characteristics of Good Memory

अच्छी स्मृति की विशेषताएं

OR

अच्छी स्मृति के लक्षण या चिह्न
(Symptoms or Marks)

(1) शीघ्र सीखना (Quick Learning) → अच्छी स्मृति की पहली विशेषता

शीघ्र याद होना या सीखना है जो व्यक्ति किसी बात को एक बार पढ़कर या सुनकर सीख जाता है या याद कर लेता है, उसकी स्मृति अच्छी समझी जाती है।

(2) उत्तम धारण शक्ति (Good Retention) → अच्छी स्मृति की दूसरी

विशेषता है, बिना दोहराए किसी बात या विषय को अधिक दिनों तक याद रखना जो बालक या व्यक्ति, किसी सीखी हुई या याद की हुई बात को जितने अधिक दिनों तक याद रखता है, उसकी स्मृति उतनी ही अच्छी होती है।

(3) शीघ्र पुनःस्मरण (Quick Recall) → अच्छी स्मृति का तीसरा गुण है,

शीघ्र पुनःस्मरण जिस व्यक्ति को किसी सीखी हुई या याद की हुई बात शीघ्र याद आ जाती है, उसकी स्मृति अच्छी होती है। परीक्षा परीक्षा को दृष्टि से स्मृति की इस विशेषता का विशेष महत्व है।

(4) शीघ्र एवं स्पष्ट पहचान (Quick and Accurate Recognition) → अच्छी स्मृति की चौथी विशेषता है, शीघ्र एवं स्पष्ट पहचान। अच्छी स्मृति के लिए

शीघ्र पुनःस्मरण ही नहीं वरन् किसी बात को शीघ्र रखे स्पष्ट पहचाना भी आवश्यक है। जब तक पुनःस्मरण की हुई और विचारों को शीघ्र रखे स्पष्ट पहचान नहीं लेते हैं, तब तक कार्य करने में सफलता नहीं मिलती। उदाहरण - परीक्षा देते समय एक पुरत का उत्तर देने के लिए मस्तिष्क में कई विचार आते हैं। जब तक यह स्पष्ट रूप से शीघ्र पहचान नहीं लेते कि कौन सा विचार इस पुरत के अनुकूल है तो हम नियत समय के अन्दर उत्तर लिखने में असमर्थ हो रहते हैं।

(5) अनावश्यक बातों का विस्मरण (Forgetting the meaningless things) →

अच्छी स्मृति की पाँचवी विशेषता, अनावश्यक या व्यर्थ की बातों को भूल जाना है। जो बालक या कोई भी व्यक्ति व्यर्थ की बातों को भूलकर उपयोगी बातों को याद रखते हैं, उनकी स्मृति अच्छी मानी जाती है। क्योंकि अनावश्यक बातों याद रखने से पुनःस्मरण, धारण, पहचान आदि में बाधा उत्पन्न होती है।

(6) उपादेयता (usefulness) → उपादेयता अच्छी स्मृति की पाँचवी

विशेषता है। इसके अनुसार अच्छी स्मृति वही होती है जो समय पर उपयोगी सिद्ध हो जैसे - परीक्षा देते समय यदि पहले याद की हुई बातें उसे क्रमानुसार याद आती जाती हैं और वह उन्हें लिखने में सफल हो जाता है तो उसकी स्मृति को अच्छा कहा जाता है।

अच्छी स्मृति के लक्षण (Symptoms of Good Memory)

- (1) तीव्रता (Rapidly)
- (2) यथार्थता (Accuracy)
- (3) सीखे गए विषय को लम्बे समय तक धारण रखना (Retaining the learnt materials for longer period of time)
- (4) सही सामग्रियों का सही समय पर पुनः स्मरण (Recall of right materials at right time)
- (5) ~~निरीक्षण~~ किसी विषय या पाठ को सूक्ष्म भाव द्वारा रखे समझकर सीखना (To learn a lesson by insight and understanding)
- (6) अधिक मात्रा में धारण करना (Maximum retention)

— x —