L. N. MITHILA UNIVERSITY
DARBHANGA (BIHAR)
B.A PART- II
B.A PAPER- II
PSYCHOLOGY (H)
TOPIC - Causes of Forgetting.

Dr. Pramod Kumar Sahu,
Assitant. Professor.
Guest. Teacher.
V.S.J. College. Rajnagar
MADHUBANI (BIHAR)
pramodkumardbg2018 @gmail.com

विस्मरण के कारण (Causes of Forgetting)

विस्मरण के कई कारण बतलाये गए हैं। मनोवैज्ञानिकों का सामान्य मत यह है कि वे अनेक कारकों को विस्मरण का कारण माना जा सकता है। जो स्मरण को कमजोर करते हैं। ऐसे कारकों में से कुछ प्रमुख कारक निम्नलिखित हैं।

① सीखे गए विषय का स्वरूप :- सीखे गए विषय का स्वरूप सार्थक हो सकता है, या निरर्थक हो सकता है। जब विषय सार्थक नहीं होता है तो उसकी धारणा दृढ़ नहीं होती है। फलतः व्यक्ति उसे जल्दी भूल जाता है। दूसरी तरफ जब सीखी गयी विषय सार्थक होती है तथा उसके विभिन्न पक्ष या पहलू आपस में तार्किक रूप से संबंधित होते हैं, तो उसकी धारणा दृढ़ होती है और उसके स्मृति-चिन्ह मस्तिष्क में काफी समय तक बने होते हैं। फलतः उसका विस्मरण नहीं होता है।

② सीखने की मात्रा - (Degree of learning) :- विस्मरण पर सीखने की मात्रा का भी प्रभाव पड़ता है। साधारणतः सीखने की मात्रा जितनी ही कम होती है, व्यक्ति उसे उतनी ही जल्दी से भूल जाता है। जैसे- किसी विषय को मात्र दो बार पढ़ा जाए और फिर स्मरण कठिनाई से विषय को जल्द भूल जाता है। जैसे- किसी विषय को मात्र दो बार

Scanned with CamScanner

पढ़ा जाए और फिर समान क्रियाओं के विषयों को वह बार बार बदला जाए तो पहली परिस्थिति में दूसरी परिस्थिति की तुलना में विस्मरण अधिक होगा, इसका कारण यह है कि पहली परिस्थिति में सीखने की मात्रा दूसरी परिस्थिति के सीखने की क्रिया से काफी कम है।

(3) विषय की लंबाई - (Length of material) सीखे जानेवाला विषय जब लंबा होता है, तो उसका विस्मरण देर से होता है। जब सीखने वाले विषय की लंबाई कम होती है तो व्यक्ति उसे जल्द सीख लेता है पर भूल भी जल्दी जाता है। लंबे विषय को अधिक दिनों तक याद रखने का कारण यह बतलाया गया है कि लंबे विषयों को सीखने में व्यक्ति उसे कई बार दोहराता है। उसके स्मृति चिन्ह काफी मजबूत हो जाते हैं।

(4) विषय की भावात्मक प्रकृति:- यदि कोई अनुभव व्यक्ति के लिए सुखद है तो वह बार-बार उसकी मानसिक पुनरावृत्ति करता रहता है। फलतः वह उसे अधिक समय तक याद किये रहता है और उसका विस्मरण देर से होता है। दुःखद अनुभवों को व्यक्ति दोहराता नहीं है, क्योंकि इनके स्मरण से उसके अहं (Ego) को चोट पहुँचती है। फलस्वरूप वह उसे चेतन मन से अचेतन मन में दमन कर देता है। मनोवैज्ञानिकों ने अनेकों ऐसे प्रयोग किये, जिनसे यह साबित हुआ है कि दुःखद अनुभवों को व्यक्ति सुखद अनुभवों की अपेक्षा जल्दी भूल जाता है। मेल्ट्जर 1930 ने एक प्रयोग किया, छात्रों पर किये गये प्रयोग में उन्होंने पाया कि छात्र दुःखद अनुभवों की मात्र 30% तथा सुखद अनुभवों का 45% पुनःस्मरण (recall) कर ~~पा~~ पाते

दूसरे शब्दों में दुःखद अनुभवों के विस्मरण की मात्रा 60% तथा सुखद अनुभवों के विस्मरण की मात्रा 55% पायी गयी,

(5) सीखने की विधि – यदि सीखने की विधि गलत तथा अनुपयुक्त होती तो इससे विस्मरण अधिक होता है। सीखने की कई विधियाँ हैं। जिसमें तीन प्रमुख हैं। प्रथम रटने की विधि – सामिप्राय तथा अभ्यासात्मक विधि तथा विराम की अविराम विधि। से सीखने का अपेक्षा उसका विस्मरण अधिक होता है। ऐसा स्वाभाविक होता है क्योंकि सामिप्राय विधि द्वारा सीखने से उत्पन्न स्मृति-चिह्न तुलनात्मक रूप से अधिक मजबूत तथा स्थायी होते हैं।

(6) (Brain Injury and other Physical troubles) मस्तिष्क आघात तथा अन्य शारीरिक कष्ट – सीखने से उत्पन्न स्मृति-चिह्न मस्तिष्क में ही बने होते हैं। जब व्यक्ति के मस्तिष्क पर किसी तरह का आघात या चोट लगती है। तो उसके स्मृति-चिह्न नष्ट हो जाते हैं। और सब तरह से व्यक्ति अधिक मात्रा में उसे भूल जाता है। यह भी देखा गया है कि व्यक्ति जब किसी तरह के शारीरिक कष्ट या रोग से ग्रसित है। तो इससे भी स्मृति-चिह्न को धारण कर रखने की क्षमता उसमें कम होती है। फलस्वरूप, उसका विस्मरण तेजी से हो जाता है।

(7) मानसिक धक्का, चिन्ता तथा डर – (mental shock, anxiety and fear) जब किसी पाठ या विषय को सीखने के बाद उसे किसी तरह का मानसिक धक्का (mental shock) लगता है तो इससे भी उसके स्मृति-चिह्न नष्ट हो जाते हैं। और व्यक्ति उसे भूल जाता है। जैसे किसी महिला के पति की मृत्यु होने से तो मानसिक धक्का उसे पहुँचता है। इससे वह पहले के कई तरह की बातों को भूल जाती है।

अतः मानसिक, थकान, बुद्धिमत्ता तथा डर आदि का विस्मरण की एक कारण होती है।

(8). अभिरुचि (interest) :— व्यक्ति को जिस कार्य या पाठ में अधिक अभिरुचि होती है। उनके स्मृति चिन्ह दृढ़ हो जाते है। फलतः उसकी धारणा अधिक समय तक कायम रहती है। और व्यक्ति आसानी से उसका प्रत्याह्वान करता है। वह उन विषयों को जल्दी नहीं भूलता है। परंतु जिस व्यक्ति को किसी कार्य या पाठ में अभिरुचि कम होती है। उसका स्मृति चिह्न कमजोर होता है। और उसका धारणा काफी कम समय तक होता है। इसका मतलब यह हुआ कि व्यक्ति उसे जल्द भूल जाता है।

(9) अभिप्रेरणात्मक कारक (motivational factor) :— किसी कार्य को करने या पाठ को सीखने के पीछे किसी प्रकार की अभिप्रेरणा अवश्य ही काम करता है। जब व्यक्ति किसी पाठ को पूर्णतया सीख लेता है। तो उसकी अभिप्रेरणा समाप्त हो जाती है। फलस्वरूप कुछ समय के बाद जब वह उन अनुभवों के प्रत्याह्वान करने की कोशिश करता है तो पाता है। कि वह काफी से बातों का प्रत्याह्वान नहीं कर पा रहा है। अर्थात उन्हें भूल गया है।

Dr. Pramod kumar sahu.
Date - 05/08/2020
Sub - psychology.

Scanned with CamScanner