

B.A. (Hons & Subsidiary) Part-I
 Paper-I
 GENERAL PSYCHOLOGY
 By-Dr. Ramendra Kumar Singh
 H.O.D
 Dept of Psychology
 St. K. College, Sumraon (Buxar)
 VKSU, Ara

विस्मरण की परिभाषा एवं स्वरूप
DEFINITION & NATURE OF FORGETTING.

स्मृति एक सामान्य पद है, जिसका प्रयोग हम अपने दैनिक जीवन में अकसर ही करते हैं। यादगारण अर्थात् स्मृति (Memory) से तात्पर्य पूर्व अनुभूतियों या सीखी गई विषयों को मस्तिष्क में संग्रहित या सम्पादित करके रखने की क्षमता से है। लायमेंट एवं लायमेंट आदि (Lashley) ने इसी आशय की परिभाषा देते हुए "विशेष समयावधि के लिए सूचनाओं को सम्पादित करके रखने की क्षमता को Memory कहा है। स्मृति के दो पक्ष अथवा परतु होते हैं:-

- (क) धनात्मक पक्ष (Positive aspect)
- (ख) ऋणात्मक पक्ष (Negative aspect)

धनात्मक पक्ष को स्मरण (Remembering) कहा जाता है। इसमें पूर्व में सीखी गई विषय या अनुभव को हम अपनी आवश्यकतानुसार प्रत्यक्षत (Recall) एवं प्रत्यभिज्ञान (Recognition) करने में सफल रहते हैं। दूसरी तरफ स्मृति के ऋणात्मक पक्ष को हम विस्मरण अथवा भूलना कहा जाता है। यह स्मृति के विपरीत प्रक्रिया है।

②

विस्मरण एक ऐसी मानसिक प्रक्रिया है जिसमें हम पूर्व के अनुभवों या सीखी गई विषय को वर्तमान चेतना में लाने या Recall करने में असफल हो जाते हैं।

प्रश्न की मांग को ध्यान में रखते हुए हमें यहाँ स्मृति के द्वितीय पक्ष यानी विस्मरण की व्याख्या करनी है। इसकी व्याख्या करते हुए मनोवैज्ञानिकों का कहना है कि जब हम कोई विषय को दिखते हैं तो हमारे मस्तिष्क में एक तरह का स्मृति-चित्र (Memory trace) बन जाता है। यानी इस प्रक्रिया में हम सीखे गए विषय को अपने मस्तिष्क में धारण (Retention) कर लेते हैं। परन्तु आगे चलकर वाक में जब हम सीखे गये विषय का प्रत्याह्वान (Recall) तथा पहचानने (प्रत्यभिज्ञान Recognition) में असफल हो जाते हैं तो उसे विस्मरण या भूलना कहा जाता है। इस प्रकार स्पष्ट हो जाता है कि विस्मरण एक ऐसी मानसिक प्रक्रिया है जो स्मरण के ठीक विपरीत स्वरूप की होती है। यह एक तरह से स्मृति का नकारात्मक पक्ष है। इसी अर्थ में गैल्बर्ट ने "विस्मरण को नकारात्मक धारण" कहा है। लेकिन सच्चाई यह है कि प्रत्याह्वान की असफलता या स्मृति चित्र का क्षीण होना मात्र विस्मरण नहीं है। अपने दैनिक जीवन में प्रायः हमलोग देखते हैं कि कई बार हम किसी विषय को धारण छिमे रहते हैं, परन्तु प्रत्याह्वान नहीं कर पाते हैं, लेकिन जैसे ही हमें उस विषय से सम्बन्धित कोई *Inter-cues* (समुच्चय संकेत) मिलती है, हम Recall करने में सफल हो जाते हैं। उसी बात को ध्यान में रखते हुए रेक्टर (1982) ने इसे सामान्य एवं विशिष्ट अर्थ में परिभाषित किया है -

"सामान्य अर्थ में विस्मरण पहले ही सीखी गई विषय की प्रत्याह्वान करने, पहचानने या दोहराने की असफलता है तो विशिष्ट अर्थ में सहचरी वस्तुओं की दुर्बल होने की प्रक्रिया भी है।"

इस प्रकार हम देखते हैं कि विस्मरण दो तरह से होती है। जब स्मृति चित्रों के क्षीण होने या मिट जाने से हम भूल जाते हैं तो उसे *Trace-dependent forgetting* कहा जाता है, लेकिन जब हम किसी उचित संकेत के अभाव में किसी विषय को भूलते हैं तो उसे *Cue-dependent forgetting* कहा जाता है। उपर्युक्त तथ्यों के आलोक में

विस्मरण की परिभाषा ने निम्न प्रकार से दी जा सकती है :-
"विस्मरण एक ऐसी मानसिक प्रक्रिया है जिसमें व्यक्ति पूर्व में सीखे गये अनुभवों या पाठों का प्राथमिक या प्रतिजिज्ञास करने में असमर्थ हो जाता है। यह असमर्थता का कारण स्मृति चिह्नों का कमजोर या समाप्त हो जाना भी हो सकता है तथा उचित पुनः प्राप्ति (Pinner Retrieval cue) के संकेतों का नही मिल पाना भी हो सकता है।"

उपर्युक्त अर्थों एवं परिभाषाओं का विश्लेषणात्मक अध्ययन करने पर विस्मरण से सम्बन्धित निम्न बातें स्पष्ट हो जाती हैं :-

- (i) विस्मरण एक मानसिक प्रक्रिया है।
- (ii) यह स्मृति का प्राथमिक अंग है।
- (iii) यह एक ऐसी प्रक्रिया है जिसमें हम पूर्व अनुभव या पूर्व की सीखी गई विषय को भूल जाते हैं।
- (iv) इसमें हम पूर्व की अनुभव या सीखी गई विषय को वर्तमान चेतना में लाने में असमर्थ हो जाते हैं अथवा उसे Recall करने या Recognition करने में असफल हो जाते हैं।
- (v) यह असफलता स्मृति चिह्नों के क्षीण होने या लुप्त होने से हो सकती है।
- (vi) या उचित संकेत के अभाव में भी हो सकती है।
- (vii) स्मृति चिह्नों के क्षीण होने से होने वाली विस्मरण को Trace dependent forgetting कहते हैं।
- (viii) तथा उचित संकेतों की पुनः प्राप्ति के अभाव में होने वाली विस्मरण को Cue dependent forgetting कहा जाता है।

विस्मरण के स्वरूप
Nature of forgetting

जहां तक विस्मरण के स्वरूप का प्रश्न है तो इसकी संदर्भ में दो तरह के विस्मरण हैं।

विचारधाराएं प्रचलित हैं।

(A) विस्मरण एक निष्क्रिय मानसिक प्रक्रिया है।

(B) विस्मरण एक सक्रिय मानसिक प्रक्रिया।

(A) विस्मरण एक निष्क्रिय मानसिक प्रक्रिया।

सर्वप्रथम इविंगहॉस ने

(1885) ईमें स्मरण-विस्मरण पर एक शास्त्रीय (Classical) अध्ययन किया।

उन्होंने इस संदर्भ में एक प्रयोगात्मक अध्ययन निरर्थक पदों के माद करने

के संदर्भ में किया। इस प्रयोग के द्वारा Ebbinghaus इस निष्कर्ष पर

पहुंचे कि "विस्मरण एक निष्क्रिय मानसिक प्रक्रिया है।" उनके अनुसार

कोई सीखे गये विषय का स्मृति-चित्र समय बीतने के साथ धूमिल पड़

जाती है और अंत में धीरे-धीरे जाती है और इस उभे धूल जाते हैं।" उन्होंने इसको

शक्ति करने के लिए अपने प्रयोगों को निरर्थक पदों की सूची याद

कराई और फिर उस विभिन्न समय अंतरालों में उसके धारण (Retention)

की जाँच की गई। अंत पाया गया कि जैसे जैसे समय बीतते जाते

हैं forgetting की क्रिया अधिक तेजतराई होने लगती है और

अंत में उसे हम भूल जाते हैं। इविंगहॉस ने इसे एक curve द्वारा

प्रमाणित कर दर्शाया जिसे forgetting-curve के नाम से जाना

जाता है। उन्होंने बताया कि जिस प्रकार बालू की रेत पर खींची गई

लकीर समय बीतने पर धीरे-धीरे धूमिल पड़ जाती है और अंततः

विलिन हो जाती है ठीक उसी प्रकार सीखी गई विषय की स्मृति

बिना धीरे धीरे कमजोर हो जाती है और समय बीतने के साथ हम

उसे भूल जाते हैं। इस प्रकार इविंगहॉस के अनुसार भूलने का

मुख्य कारण समय का बीतना तथा सीखी गई विषय का उपयोग

में नहीं जाना है। अतः Forgetting is passive mental

process। इविंगहॉस का मानना है कि समय बीतने पर स्मृति

चित्र कमजोर हो जाता है विस्मरण होने लगती है, पर सीखी गई विषय

का 100% विस्मरण कभी नहीं हो पाता है।

अतः विस्मरण को एक सक्रिय मानसिक प्रक्रिया मानना अधिक
सर्वसंगत, एवं उपयुक्त लगता है। Osgood (1956) के शब्दों में

"Forgetting is a function, not of time itself,
but of the nature of the interpolated activity
happening in time."

RK Singh
01.06.2021