

Topic: → Forgetting (Definition and Meaning)  
Unit-2 M.A. Sem-II (Cognitive Psy)

प्रश्न: → विस्मरण या भूलना की परिभाषा दे तथा इसके स्वभाव को व्याख्या कीजिए। [Define forgetting and discuss the nature of forgetting.]

उत्तर: → भूलना एक सामान्य प्रक्रिया है। प्रत्येक व्यक्ति अपने जीवन में तो कुछ सीखता है, उसमें से अधिकांश को भूल जाता है। भूलने के सम्बन्ध में मनोवैज्ञानिकों ने बताया है कि सीखने के समय मस्तिष्क में एक प्रकाश का स्मृति-चिन्ह बनता है, अर्थात् सीखे गये विषय को स्मृति-चिह्नों के रूप में मस्तिष्क में धारण करते हैं। कुछ समय बाद यदि उसका प्रत्यावाहन करने या पहचानने में सफल हो जाता है, तो कहा जाता है कि वह विषय अभी बाद है। परन्तु कभी-कभी ऐसा होता है कि सीखे गये विषय का प्रत्यावाहन करने या पहचानने में असफल हो जाते हैं, इसे ही विस्मरण या भूलना कहा जाता है। विस्मरण, स्मरण की विपरीत प्रक्रिया है। यह स्मरण का नकारात्मक पक्ष है। जैलडाई ने इसे नकारात्मक धारण (Negative Retention) कहा। विस्मरण के सम्बन्ध में पहले कहा जाता था कि विस्मरण एक ऐसी मानसिक प्रक्रिया है, जिसमें स्मृति-चिह्नों के समाप्त होने के कारण पूर्व में सीखे गये अनुभवों को वर्तमान में व्यन्त्रि याद नहीं का पाता है। परन्तु इसे उपर्युक्त परिभाषा नहीं कहा जा सकता है, क्योंकि ऐसा भी होता है कि उस विषय का स्मृति-चिन्ह मस्तिष्क में वर्तमान रहता है। फिर भी, उसका प्रत्यावाहन करने में सफल नहीं होता, उससे सम्बन्धित संकेत मिलने पर उस विषय का प्रत्यावाहन हो जाता है।

इससे स्पष्ट होता है कि विस्मरण की प्रक्रिया हमेशा स्मृति-चिह्नों के कमजोर होने के कारण नहीं होती, बल्कि पूर्व में सीखे गये विषय का आवश्यकतानुसार प्रत्यावाहन या पहचानने की असमर्थता को हम विस्मरण कह सकते हैं। चैपलिन (Chaplin) ने इसकी परिभाषा देते हुए कहा है: "विस्मरण पहले सीखी गयी सामग्री के प्रत्यावाहन, स्मरण या पुनरावहन की योग्यता में क्षति है।" [Forgetting is the loss of ability to recall, recollect or reproduce what has been previously learned.]

विस्मरण का स्वभाव (Nature of Forgetting) → नहीं

तक विस्मरण के स्तर की बात है, इस सम्बन्ध में मनोवैज्ञानिकों के बीच दो तरह के विरोधी दृष्टिकोण हैं। पहले दृष्टिकोण के अनुसार विस्मरण को एक निष्क्रिय मानसिक प्रक्रिया (Passive Mental Process) माना गया है। इस विचारधारा की शुरुआत इविंगटॉस (Ebbinghaus) ने की है। विस्मरण के सम्बन्ध में दूसरी विचारधारा मूलर-पिल्लेकर, फ्रायड, मिलर आदि की है, जिन्होंने विस्मरण को सक्रिय मानसिक प्रक्रिया (Active Mental Process) के रूप में माना है। दोनों विचारधारा का क्रमशः विवरण इस प्रकार है—

(1) विस्मरण एक निष्क्रिय मानसिक प्रक्रिया है।  
 (Ebbinghaus) व (Passive Mental Process):—  
 इविंगटॉस ने विस्मरण को एक निष्क्रिय मानसिक प्रक्रिया (Passive Mental Process) माना है। उन्होंने कहा है कि व्यक्ति जब किसी विषय को सीखता है तो सीखने के फलस्वरूप मस्तिष्क में स्मृति चिन्ह (Memory Trace) बनता है, अर्थात् स्मृति चिन्हों के रूप में उसे मस्तिष्क में धारण करते हैं और जैसे-जैसे समय बीतता है, वैसे-वैसे स्वतः स्मृति-चिन्ह कमजोर पड़ता जाता है, टूटता जाता है या मिटता जाता है। उसका कहना है कि समय व्यवधान के कारण ही हम भूलते हैं। जैसे-जैसे समय बीतता जाता है, विस्मरण को मात्रा भी चढ़ती जाती है। इविंगटॉस के इस सिद्धान्त को ड्राय सिद्धान्त (Dry Theory) कहा जाता है।

इस सम्बन्ध में उन्होंने अपने ऊपर प्रयोगात्मक अध्ययन किया। इविंगटॉस ने निरर्थक पदों की एक लम्बी सूची तैयार की। इसके लिए अंग्रेजी के तीन शब्दों के मेल से निरर्थक शब्द बनाये। इन शब्दों में दोनों ओर व्यंजन (Consonant) तथा बीच में स्वर (Vowel) को रखा। इसमें ऐसे शब्द रखे गये, जिसका कोई अर्थ नहीं निकलता था। जैसे—ZOB, XUZ आदि। उन्होंने अपने प्रयोग में तैरु निरर्थक पदों की एक सूची को जोड़ दिया और विभिन्न समय अन्तरालों में उसका प्रत्यावाहन किया। जैसे :—तीस मिनट बाद, एक दिन बाद, दो दिन बाद, दस दिन बाद,

इसकी सख्त जाँच। अपने प्रयोगों के आधार पर उन्होंने एक शिक्षण तक प्रस्तुत किया, जिसे इविंगहोस का विस्मरण तक (Forgetting Curve of Ebbinghaus) के नाम से जानते हैं। इविंगहोस ने विस्मरण के समन्वय में निम्नलिखित बातें कही: —

① सीखने के बाद जैसे-जैसे समय व्यतीत होता है, जैसे-जैसे भूलने की मात्रा बढ़ती है।

② सीखने के तुरंत बाद विस्मरण की गति तेज होती है। जैसे-जैसे समय व्यतीत होता है, विस्मरण की गति मन्द होती जाती है।

③ विस्मरण कभी भी 100% नहीं होता है।

प्रारंभ में इविंगहोस के विचारों को काफी मान्यता मिली, परन्तु बाद में चल्का मुलर (Muller), पिल्जेक (Pillzicker), फ्रायड (Freud), उडवर्थ (Udworth) आदि मनोवैज्ञानिकों के विचारों से इविंगहोस के विचारों की आप्यात पहुँचा। इन लोगों ने उनके इस विचार का खण्डन किया कि भूलना एक निष्क्रिय मानसिक प्रक्रिया है। उनके अनुसंधानों द्वारा अवधि में हुए अन्तर्विशिष्ट क्रियात्मिक (Active) एवं व्यवहारिक (Behavioral) के कारण विस्मरण होता है। मुलर तथा पिल्जेक ने बताया कि हम समय व्यवधान के कारण नहीं, बल्कि पूर्वोन्मुख अवरोध के कारण भूलते हैं। इसी प्रकार कुछ अन्य मनोवैज्ञानिकों ने बताया कि सीखने के पश्चात् एक निश्चित समय तक आराम नहीं करने के कारण विस्मरण होता है।

② विस्मरण एक सक्रिय मानसिक प्रक्रिया है। [Forgetting is an active Mental Process] : इस विचार-धारा की उपरान्त इविंगहोस के विरोध में हुआ है। आधुनिक मनोवैज्ञानिक इविंगहोस के इस विचार-धारा को मानने के लिए तैयार नहीं हैं कि सिर्फ समय व्यवधान के कारण विस्मरण होता है। इन मनोवैज्ञानिकों ने विस्मरण को एक सक्रिय मानसिक प्रक्रिया (Active Mental Process) कहा है। इन लोगों का विचार है कि सीखे हुए विषय को धारण अवधि में होने वाली घटनाओं के कारण भूलते हैं। मुलर, पिल्जेक, जेनकिंस एवं डेलनबैक के प्रयोगात्मक

अध्ययनों के द्वारा से इस विचार की पुष्टि होती है।  
मुलर और पिलजेक ने पृष्ठोन्मुख अवरोध  
[retroactive interference] को विस्मरण का आध्यात्मिक  
माना है। उन्होंने कहा है कि किसी विषय को सीखने  
के बाद तुरंत कोई दूसरा विषय सीखते हैं, तो दूसरे  
विषय के शिक्षण में का बाधक प्रभाव पड़े। शिक्षण  
के स्मृति-चित्र कमजोर पड़ते हैं पर बाद के शिक्षण  
का स्मृति-चित्र अवरोध उपलब्ध करता है। इसलिए  
पहले शिक्षण का स्मृति-चित्र कमजोर पड़ता है और  
उस विषय का विस्मरण हो जाता है। इसे ही  
पृष्ठोन्मुख अवरोध [R.A.] कहते हैं। इस प्रकार मुलर  
और पिलजेक ने केवल समय व्यवधान को विस्मरण  
का कारण नहीं, बल्कि उस समय में होने वाली क्रिया  
को विस्मरण का कारण माना है।

फ्रायड [Freud] ने भी इविंगहोस के विचारों  
का विरोध किया है। और इस बात का समर्थन  
किया है कि विस्मरण एक सक्रिय मानसिक प्रक्रिया  
है। परन्तु विस्मरण में उन्होंने अनैतन का महत्वपूर्ण  
स्थान माना है। उन्होंने स्पष्ट शब्दों में कहा है कि  
“हम किसी विषय को इसलिए भूलते हैं, क्योंकि  
हम भूलना चाहते हैं” [we forget because we  
want to forget]। उनका कहना है कि दुखद  
एवं अप्रिय अनुभवों को हम भूलना चाहते हैं,  
इसलिए उसका दमन अनैतन में हो जाता है।  
जार्जिल [Gardner] ने भी अपने अध्ययन में पाया  
कि दुखद अनुभवों का विस्मरण अधिक होता है।

ओगुबो ने उपर्युक्त विचारों से सहमति  
व्यक्त करते हुए कहा है; “forgetting is a  
function not of time itself, but of the  
nature of the interpolated activity  
happening in time.”

*Sinha*