

Dr. Rachana Kumari  
Deptt. of Psychology  
H. D. Jain College, Ara

## अवधान (Attention)

हमारी ज्ञानेन्द्रियाँ जैसे आँख, कान, नाक, त्वचा आदि अनेकों प्रकार के उद्दीपकों द्वारा प्रभावित होती हैं। परन्तु सभी उद्दीपकों के प्रति व्यक्ति अनुक्रिया नहीं करता है। प्राणी अपने इच्छा व रुचि के अनुसार क्रिया करता है। मनोविज्ञान में इसी तरह की चयनात्मक प्रक्रिया (Selective Process) को अवधान कहा जाता है।

Morgan, King, Weis & Schopler के अनुसार अवधान उस प्रत्यक्षज्ञानात्मक प्रक्रिया को कहा जाता है जिसके द्वारा कुछ निश्चित उद्दीपकों को दिये हुये समय में अपने चेतन अनुभूति या चेतना में लाने के लिये चुना जाता है।

Matlin (1983) :- के अनुसार मानसिक क्रिया का सकाग्रता ही अवधान है (Attention is concentration of mental activity)

उपर्युक्त परिभाषाओं से स्पष्ट है कि अवधान में अनेकों उद्दीपकों में से कुछ खास-खास उद्दीपकों को चुनकर अपनी चेतना में लाते हैं।

## अवधान की विशेषतायें (Characteristics of Attention)

- (1) अवधान एक चयनात्मक मानसिक प्रक्रिया है।
- (2) अवधान में शारीरिक अभियोजन (bodily Adjustment) होता है।
- (3) अवधान में तत्परता की स्थिति होती है (Attention involves the state of readiness)

- (4) अवधान का विस्तार सीमित होता है (Attention has limited span or range)
- (5) अवधान में अस्थिरता तथा उचलन का गुण पाया जाता है (Attention has the property of fluctuation and shifting)
- (6) अवधान में विभाजन का गुण पाया जाता है

### अवधान के प्रकार (Types of Attention)

मनोवैज्ञानिकों ने ध्यान को निम्नलिखित तीन भागों में बांटा है।

- (1) ऐच्छिक अवधान (Voluntary Attention) :- इस तरह के अवधान में प्राणी की इच्छा या आवश्यकता की प्रधानता होती है। जब व्यक्ति अपनी रुचि या आवश्यकतानुसार किसी वस्तु या उद्दीपक पर अन्य वस्तुओं या उद्दीपकों में से चुनकर ध्यान देता है तो इसे ऐच्छिक अवधान कहा जाता है। ऐच्छिक ध्यान (अवधान) में स्पष्टतः तीन मुख्यत्व सम्मिलित होते हैं।
  - (A) इस प्रकार के अवधान में एक स्पष्ट इच्छा, आवश्यकता होती है।
  - (B) ऐच्छिक अवधान में एक स्पष्ट लक्ष्य होता है।
  - (C) चूंकि ऐच्छिक अवधान में इच्छा या आवश्यकता की प्रधानता होती है, अतः बाधक वस्तुओं होने के बावजूद भी व्यक्ति प्रयास करके उस इच्छित वस्तु की ओर विशेष ध्यान देता है।

### (2) अनैच्छिक अवधान (Involuntary Attention) :-

इस तरह के अवधान में व्यक्ति की इच्छा या आवश्यकता की प्रधानता नहीं होती है बल्कि उत्तेजना या वस्तु के गुण की प्रधानता होती है। उस वस्तु या घटना में जो कुछ ऐसे गुण होते हैं जो व्यक्ति के ध्यान को अपनी ओर खींच लेता है।

अनैच्छित्त अवधान में इस तरह हम देखते हैं कि व्यक्ति की न इच्छा होती है और न ही उसके सामने कोई स्पष्ट लक्ष्य होता है। इस तरह के अवधान में व्यक्ति द्वारा किये गये प्रयास में भी कमी होती है। इसमें उद्दीपक (Stimulus) का गुण ही सब कुछ होता है।

### (3) स्वाभाविक अवधान (Habitual Attention) :- स्वाभाविक अवधान में

व्यक्ति का ध्यान किसी वस्तु या उत्तेजना की ओर उसकी आपत, प्रशिक्षण तथा अभ्यास (Habit, Training & Practice) आदि के कारण (बिना किसी तरह के प्रयास के ही) चला जाता है। उदाहरण के लिये fast food खाने वाले व्यक्ति का ध्यान fast food की दुकान पर, मोची का ध्यान लोगों के जूते की ओर, नाई का ध्यान लोगों के बाल पर स्वाभाविक रूप से चला जाता है। स्पष्ट है कि इस तरह के अवधान में व्यक्ति की इच्छा या आवश्यकता की कोई प्रधानता नहीं होती है। और न ही उद्दीपक के गुण की ही प्रधानता होती है। व्यक्ति के स्वभाव व प्रशिक्षण के कारण ही ध्यान चला जाता है।