LEARNING AND TEACHING

Unit→5, Bullet No-3

स्मृति के प्रकार (Types of Memory)

स्मृति विशेष की क्या प्रकृति है तथा उसे किस रूप में लाया जा सकता है इन बातों को आधार बनाकर मनोवैज्ञानिकों ने स्मृति को कुछ प्रकारों में वर्गीकृत करने का प्रयत्न किया है। मुख्य रूप से स्मृति को उनके अनुसार निम्न तीन प्रकारों में बाँटा जा सकता है।

① तात्कालिक स्मृति (Immediate Memory)
② अल्पकालिक स्मृति (Short-term Memory)
③ दीर्घकालिक स्मृति (Long-term Memory)

① तात्कालिक स्मृति (Immediate Memory):-

तात्कालिक स्मृति को संवेदी स्मृति (Sensory Memory) भी कहा जाता है। इस स्मृति में उद्दीपक विशेष की संवेदना से सम्बन्धित मानस चित्र व्यक्ति के सामने विद्युत कौंध (Electrical Flashing) की तरह प्रकट होता और समाप्त हो जाता है। अतः यह स्मृति बहुत ही क्षणिक (Momentary) होती है। किसी व्यक्ति को कोई चीज जैसे ही वह उसकी अनुभूति करता, तत्काल ही मात्र सेकण्डों में पुनः स्मरण कराने में इस प्रकार की स्मृति का ही योगदान रहता है। इस प्रकार की स्मृति में धारण समय (Retentive Time) बहुत ही कम होता है। यह इसलिए होता है कि संवेदात्मक अनुभूति से जो छाप तथा बिम्ब मानस पटल पर बनती है वह तुरन्त ही मिट जाती है क्योंकि उसके स्थान पर किसी अन्य उद्दीपन की अनुभूति सम्बन्धी बिम्ब या छाप अंकित हो जाती है। तात्कालिक या संवेदी स्मृति की अधिकतर आवश्यकता हमें उस समय या ऐसी परिस्थितियों में होती है जबकि

Scanned by TapScanner

हम किसी चीज को बहुत थोड़े समय के लिए याद रखकर भूल जाना चाहते हैं टेलिफोन पर बात करने के लिए हम डायरेक्टरी में से सम्बन्धित नम्बर देखकर उसे याद कर लेते हैं लेकिन टेलीफोन करने के पश्चात् प्राय: हम उस टेलिफोन नम्बर को भूल जाते हैं। इस तरह किसी बात को तुरन्त याद कर तथा काम में लाकर भुला देने की बात तात्कालिक स्मृति के नाम से जानी जाती है।

② अल्पकालिक स्मृति (Short-term memory):-

जैसा कि नाम से प्रतीत होता है इस प्रकार की स्मृति का कार्यकाल भी अल्प यानी सीमित ही होता है। किसी चीज को याद रखना इसमें लम्बे समय तक सम्भव नहीं होता। अत: इसकी प्रकृति भी तात्कालिक स्मृति की तरह क्षणिक और अस्थायी ही होती है परन्तु यह उतनी क्षणिक और अस्थायी भी नहीं होती। इसके बिम्ब और मानस चित्र उतनी जल्दी नहीं मिटते जितने कि तात्कालिक स्मृति में पलक झपकते ही बिजली की कौंध की तरह या पानी की लहर की तरह समाप्त हो जाते हैं। इन दोनों के बीच निहित ~~अन्तर~~ का

अल्पकालिक स्मृति से अभिप्राय एक ऐसी स्मृति से है जिसका अपना कार्यकाल भी अल्प यानी छोटा होता है तथा जिसकी क्षमता यानी स्मृति विस्तार भी अन्य स्मृतियों की तुलना में कम होता है।

Scanned by TapScanner

③ दीर्घकालिक स्मृति (Long-term memory) :-

दीर्घकालिक स्मृति अपने नाम के अनुरूप ही एक ऐसी स्मृति होती है जिसका कार्यकाल दीर्घ यानी काफी लम्बा और कभी-कभी अंतहीन (Endless) होता है। अपने इसी गुन के कारण ही इसे स्थायी स्मृति भी कहा जाता है। इसके साथ साथ इस स्मृति में संगृहीत सूचना सामग्री की मात्रा भी अधिक होती है तथा दूसरे शब्दों में इसका स्मृति विस्तार काफी अधिक होता है। तात्कालिक या अल्पकालिक स्मृति की तरह यहाँ ये जल्दी ही नष्ट नहीं होते बल्कि इसके विपरीत सदा-सदा के लिए अमिट और अमर हो जाते हैं इन्हे स्मृति में बनाए रखने के लिए यहाँ अल्पकालिक स्मृति की भाँति समय-समय पर रिहर्सल, तथा पुनरावृत्ति तथा अभ्यास आदि का किया जाना आवश्यक नहीं होता क्योंकि इनका व्यक्ति के मस्तिष्क में रिहर्सल तथा पुनरावृत्ति कार्य स्वतः ही चलता रहता है और इनकी याद ताजा बनी रहकर इस तरह सुरक्षित रहती है कि जब भी इच्छा हो इसका पुनः प्रस्तुतीकरण कर लिया जाए।

दीर्घकालिक स्मृति के सबसे अच्छे उदाहरण व्यक्ति को अपने नाम, अपने गाँव या शहर का नाम, अपनी जन्मतिथि, अपने पिता और माता का नाम आदि की स्मृतियाँ है। इस तरह की स्थायी स्मृतियों के सहारे ही हम सबका जीवन सुचारु रूप से चलता रहता है।

Scanned by TapScanner