

What is memory? Describe the process involved in it  
 स्मृति क्या है इसके विषय में उचित उदाहरणों का प्रयोग करें

स्मृति अंग्रेजी शब्द memory का हिन्दी रूपान्तर है memory शब्द लैटिन के memoria से लिया गया है जिसका शाब्दिक अर्थ historical account (परिचालित लेख) या Remembrance यादगार होना है इस अर्थ में कहा जा सकता है कि पुरानी घटनाओं या अनुभवों को याद करना या याद (बनाना) ही स्मृति है जिसे प्रारंभ में ग्रिक लिखित वाक्यों के मातृशक्ति शक्ति के रूप में स्पष्ट समझने की चेष्टा की। किंतु आधुनिक मनोवैज्ञानिकों ने ग्रिक लिखित वाक्यों के प्रयोग को छोड़कर बोलचाल के मातृशक्ति शक्ति शक्ति नवीन रूप में ग्रिक ही मातृशक्ति उदाहरण है जो सभी उमर के संज्ञानात्मक प्रक्रियाओं जैसे - समझना, समझना, गणित, चिंतन, कल्पना, निर्णय लेने की योग्यता आदि का प्रभाव होता है। इस लक्ष्य ने स्पष्ट किया कि जब व्यक्ति किसी विषय को सीखता है तो उसके स्नायु तंत्रों कोशों में कुछ संज्ञानात्मक परिवर्तन होते हैं जो स्मृति चिह्न कहलाते हैं स्मृति चिह्न के निर्माण की इसी प्रक्रिया को धारण कहा जाता है और इसी धारण के आधार पर व्यक्ति सीखे गए विषय को वर्तमान चेतना में ला पाता है जो धारण कहलाता है यदि पहले सीखी गयी सामग्री को स्मृति चिह्न ही धारण करते तथा उन्हें वर्तमान में चेतना में लाने की प्रक्रिया ही धारण है इसी अर्थ में *Black & Brown 2003* ने इसे परिभाषित करते हुए बताया कि - "memory refers to our cognitive system for storing and retrieving information" यानि स्मृति वह संज्ञानात्मक तंत्र है जिससे ज्ञान इन किसी सूचनाओं को संचित संरक्षण करते हैं तथा उसे पुनः धारण में लाते हैं।

उपरोक्त परिभाषा के विस्तार में स्मृति के चार स्मृति के चार घटक (components) या अवस्थाओं स्पष्ट रूप से स्पष्ट होते हैं जो अग्रलिखित हैं।

1. **Encoding** डेटा संकेतन - यह स्मृति की पहली अवस्था है जिसे पंजीकरण भी कहा जा सकता है। यह एक ऐसी प्रक्रिया है जिसमें माध्यम से मिली सूचना या ध्वनि का प्रत्यक्ष रूप में उसे एक निश्चित रूप या डेटा संकेतन के रूप में रूपांतरित करने में प्रयत्न किया जाता है। डेटा संकेतन दो तरह के होते हैं अर्थात् - प्रयासपूर्ण और अविवेचित (Effortful and automatic) डेटा संकेतन कहा जा सकता है। प्रयासपूर्ण डेटा संकेतन में व्यक्ति किसी सूचना या मिली पाठ को बहुत प्रयास करके स्मृति में डालता है जबकि अविवेचित में सूचना बिना किसी प्रयास के ही इस रूप में परिवर्तित हो जाती है। इसे स्मृति में रखा जा सकता है। जैसे - यदि किसी व्यक्ति से यह पूछा जाए कि पीछले साह में आपको कितनी फिल्में दिखाई दीं तो जवाब देना है तो शब्द उच्च वेग की सूचना पर आधारित होगी जो व्यक्ति के बिना प्रयास के ही स्मृति में संयोजित होगी इसी तरह का डेटा संकेतन अविवेचित होगा।

2. **Sensory** - संवेद्य - यह स्मृति की दूसरी अवस्था है जिसमें डेटा संकेतन द्वारा प्राप्त सूचनाओं को कुछ क्षण के लिए संयोजित करके रखा जाता है। डेटा संकेतन सूचनाओं को संयोजित करके रखने के लिए महत्वपूर्ण है। यह विशेष प्रक्रिया सेफ्ट होगी है जिसे इटीकेशन (Consolidation) कहा जाता है। सामान्यतः इटीकेशन की स्तर होगा है लेकिन यदि किसी कारण से व्यक्ति अपनी येला अवस्था को देता है तो इटीकेशन प्रक्रिया में बाधा होती है और तब व्यक्ति स्मृति नहीं कर पाता है। इसी संवेद्य को ध्यान भी कहा जा सकता है।

3. **Retrieval** पुनः प्राप्ति यह स्मृति की तीसरी अवस्था है यह तब उत्पन्न होती है जब संयोजित सूचनाओं की प्रयासपूर्ण

एक लोच ही जाती है, यानि बूले चरको के पुनः जाति एक एकी उठिया है जिन्ने आबन्धनानुसार एपसि संश्रय के माँजूद प्रश्नान्को के के विशिष्ट प्रश्ना ही लोच करा है तथा उन लक परेको ही खोज करीया करेगा है इत अवस्था के लोच भी बहा जात है।

इत उपयुक्त विधानो से स्पष्ट होजाता है कि लोच एक जाति मानसिक उठिया है जिसकी कुछ उठिया उठियाए भी है जो निम्न लिखित है।

1. LEARNING सीखना - सीखना लोच की पहली उठिया है यह सर्व विदित है कि सीखने के क्रम के लोच की कल्पना ही नहीं की जा सकती। साथ ही साथ जब तक सीखने का विषय का लोच नहीं होगा तब तक इसी विषय का सीखना भी संभव नहीं है। बहजत सीखना तथा लोच के बीच अन्तर्भावना का संबंध पाया जाता है यह भी एक सर्वमान्य धारणा है कि जब किसी विषय का सीखा जाता है तो सीखी जाने वाली विषय के सभी पदों के बीच एक विशेष प्रकार के संबंध की स्थापना होती है जिसे साहचर्य के नाम से उठाए जाता है। यही साहचर्य स्मृति चिन्ह के रूप में विद्यमान रहते है। जिसका लोच सीखने पर विषय का लोच हो पाता है अन्यथा लोच संभव नहीं होगा अतः लोच की एक आवश्यक शर्त शिखर है।

2. RETENTION - धारण  
लोच की दूसरी उठिया धारण है। सीखने के बाद एकी उठिया युक्त होती है जिन्ने सीखी गयी धारणियों तथा अनुभव के माँजूद एक विशेष रूप के उठित हो जाते है जो धारण कहे जाते है। बहजत ने बताया कि किसी विषय का सीखने समय एपसि

ये नीतिगत में एक प्रकार के चिन्ह का निर्माण होता है जिसे स्मृति  
 कहा जाता है यही स्मृति चिन्ह बाल के रूप में सुरक्षित रहती  
 है। इसे सभी मनोवैज्ञानिक स्वीकार ही करते हैं लेकिन इनके स्वभाव  
 का लेकर सबको में काफी मतभेद है। कुछ मनोवैज्ञानिकों के अनुसार  
 इसका संबंध स्नायुसंयंत्र में होने वाले परिवर्तन से है जो कुछ के अनुसार  
 स्नायुपथ में होने वाले परिवर्तन का स्मृति चिन्ह माना जा सकता है। कुछ मनो  
 वैज्ञानिकों का ऐसा विश्वास है कि स्मृति चिन्ह वास्तव में पूर्व अनुभवों  
 का एक प्रतिबिम्ब है। इनका स्पष्ट है कि स्मृति चिन्ह के स्वभाव  
 का लेकर मनोवैज्ञानिकों में काफी मतभेद है लेकिन सभी यह स्वीकार  
 करते हैं कि यह चिन्ह सबके द्वारा दुर्बल होते बनता है - ये  
 स्मृति चिन्ह स्वाभाविक रूप से नीतिगत के सुरक्षित नहीं रहने वल  
 समग्र अंतराल या अन्य कारणों से दुर्बल होते जाते हैं या  
 भिन्न जाते हैं।

इनका स्पष्ट है कि स्मृति की कुशलता स्मृति  
 चिन्ह की कुशलता पर निर्भर करता है। जब सबके स्मृति  
 चिन्ह बतते हैं तो इसका प्रभाव अनुभूति से होता है और  
 जब विषय से संबंधित स्मृति चिन्ह का निर्माण होता है तो  
 इसका प्रभाव अनुभूति से नहीं होता है और ये स्मृति चिन्ह  
 चिन्ह जल्द भिन्न जाते हैं जबकि सबके स्मृति चिन्ह बिल्कुल  
 भिन्न हैं। सभी ही बताते हैं कि स्मृति की कुशलता  
 ही स्मृति की कुशलता है।

### 111. RECALL प्रभाव

एक तरह का प्रभाव स्मृति की तीव्र प्रतिक्रिया  
 है जो दूसरी तरह का स्मृति की पहली प्रतिक्रिया की। जब व्यक्ति  
 कुछ विषय की अनुपस्थिति में ही सबके विषय से संबंधित चिन्ह  
 में लाना है जो यही प्रभाव कहलाता है यह प्रभाव  
 दो तरह का होता है जिसे पूर्ण प्रभाव तथा आंशिक प्रभाव

इ नाम से पुकारा जाता है जब व्यक्ति सीके जर विषय का चुरा ले और तब प्रभावण का देता है जो इसे पूर्ण प्रभावण और जब सीके जर विषय के कुछ ही भागों का प्रभावण करता है जो इसे आंशिक प्रभावण कहा जाता है। प्रभावण पर कई कार्यों का प्रभाव पड़ता है जिसमें पहिचान की कतावट, सीके वाले की आयु, बुद्धि, और सीके की विषय के अलग-अलग प्रभावण पर साक्षर्य का भी प्रभाव पड़ता है।

#### iv. Recognition - पहचानना

यह क्षमता की चॉली प्रमुख प्रक्रिया है तथा ध्यान की दूसरी मापक भी। यह एक ऐसी प्रक्रिया है जिसमें द्वारा अन्य विषयों में से एक विषय को अपने चेतन में लाया जाता है यानि अपरिचित उद्देश्यों में से परिचित उद्देश्यों को काहर निकालने की प्रक्रिया ही पहचानना है। पहचानना भी दो तरह का होता है जिसे निश्चित तथा अनिश्चित पहचानना कहा जाता है जब व्यक्ति को अपने पूर्व अनुभव की चेता के साथ सम्यक् तथा स्थान का भी बोध होता है तो उसे निश्चित पहचानना कहा जाता है। लेकिन जब व्यक्ति को स्थान तथा समय का बोध नहीं होता है तो इसे अनिश्चित पहचानना कहा जाता है। इन दोनों से ध्यान की जांच की जाती है। निश्चित पहचानना से सबसे ध्यान तथा अनिश्चित पहचानना से दुबला ध्यान का बोध होता है यद्यपि यह भी स्तरजीय है कि ध्यान की पहचानने की असफलता ध्यान की असफलता नहीं है। सभी दो एक ही तरह मापक का अर्थ है किमा जाता जो है - पुनः शिखर /

#### v. RELEARNING - पुनः शिखर

यह क्षमता की द्वितीय प्रक्रिया है तथा ध्यान की तीसरी मापक भी। उपर्युक्त दो विधियों - प्रभावण तथा पहचानना ध्यान की प्रभव मापक है जो पुनः शिखर ध्यान जांच की अक्षर्य मापक। जब व्यक्ति पहले सीके जर विषय को कुछ समय बाद प्रभावण

इसे तथा पश्चात् में अक्षर हो जाता है जो उसे फिर से  
उसी विषय का शिक्षण करा जाता है जो देखा जाता है कि वह  
पहले ही अपेक्षा कम समझ तथा प्रश्न में ही उसी विषय  
को सीख लेता है अतः यदि पहले ही अपेक्षा कम तथा  
प्रश्न दोनों ही बचत हो जाती है जिस कारण इसे बचत विधि  
के नाम से ही प्रसिद्धा जाता है।

इसका स्पष्ट होना है उदा वर्णित अथ  
प्रक्रियाओं पर साक्ष्य कि (कली है)

---