

NALANDA OPEN UNIVERSITY

Course : M.A. Psychology, Part-I

Paper : Paper-II

**Prepared by : Dr. (Prof.) Prabha Shukla
Retd. Professor of Psychology, Patna University and
Chief Co-ordinator, School of Social Sciences,
Nalanda Open University**

**Topic : स्मृति
(Memory)**

स्मृति (Memory)

4.1 परिचय और अर्थ (Introduction and Meaning)

स्मृति पुरानी घटनाओं, बातों का रिकार्ड होता है, जो प्राणी के मस्तिष्क में इकट्ठा होता रहता है। सभी पुरानी बातें मस्तिष्क में अलिखित स्थिति में जमा होती रहती हैं। यही बातें पुनः याद करना स्मृति है। स्मृति एक पूरी प्रक्रिया है। यह प्राणी द्वारा सीखने और मस्तिष्क में इकट्ठा रखने की प्रक्रिया (Process) है। स्मृति की प्रक्रिया में दो बातें महत्वपूर्ण हैं-

(i) सीखे विषय को याद रखना-धनात्मक पक्ष

(ii) सीखे विषय को भूलना-वृणात्मक पक्ष

किसी विषय को याद रखना स्मृति का धनात्मक पक्ष है, और भूलना वृणात्मक पक्ष है।

स्मृति, मनुष्य के व्यवहार को निर्धारित करती है। किसी विषय को सीखने के साथ याद रखना महत्वपूर्ण है जो बातें याद रहती हैं अर्थात् मस्तिष्क में जमा (Retain) रहती हैं वही प्रयोग में लाई जाती हैं। इसलिए स्मरण से पहले शिक्षण आवश्यक है। मनुष्य का व्यवहार इन्हीं से निर्धारित होता है। किसी व्यक्ति का वर्तमान व्यवहार उसके विगत शिक्षण को दर्शाता है, जो स्मृति के रूप में प्रभाव डालता है।

स्मृति का दैहिक आधार- विभिन्न संवेदी अंगों या ज्ञानेन्द्रियों (Sens Organs) (त्वचा, आंख, कान, नाक, जीभ) से प्राप्त सूचनाएं मस्तिष्क में जाती हैं। यह सूचनाएं जमा होती हैं। ये स्मृति चिन्ह के रूप में मस्तिष्क में रहती हैं जो आवश्यकतानुसार, स्मरण के रूप में प्रकट होती हैं।

परिभाषा (Definition)

स्मृति मनोविज्ञान का महत्वपूर्ण विषय है। संज्ञानात्मक मनोवैज्ञानिकों (Cognitive Psychologists) ने स्मृति की प्रक्रिया को कम्प्यूटर की तरह काम करनेवाला प्रक्रिया माना है। सूचनाएं शिक्षण या घटनाओं के रूप में मस्तिष्क में जाता है। आवश्यकता पड़ने पर उन्हें याद करना "स्मृति" कहलाता है। मनोवैज्ञानिकों ने इसकी अलग-अलग परिभाषाएं दी हैं। कुछ महत्वपूर्ण परिभाषाएं निम्नलिखित हैं-

बुडवर्थ (Woodworth) के शब्दों में “Memory is the direct use of what has been learn”. यानी सीखी हुई बातों का सीधा प्रयोग स्मृति कहलाती है।

लेहमैन और बटरफिल्ड (Lehman and Butterfield) के अनुसार “विशेष समय के लिए सूचनाओं को संपोषित करके रखना ही स्मृति है।

बुडवर्थ और मारकस (Woodworth and Marquis) के अनुसार “Memory consists in remembering what has been learnt previously. Memory Consists in learning, retaining and remembering what has been learnt. अर्थात् पहले से सीखी बातों को याद रखना ही स्मृति है। सीखना (Learning), धारण करना (Retaintion), और उसे याद रखना (Remembering) स्मृति के आवश्यक अंग है।

स्मृति की विभिन्न परिभाषाओं से निम्नलिखित बातें स्पष्ट होती हैं- विशेषताएं (Characteristics).

1. **सीखना (Learning)** : स्मृति या स्मरण के लिए सीखना पहला महत्वपूर्ण चरण है। अच्छी तरह सीखा हुआ विषय लम्बे समय तक याद रखा जा सकता है। अतः अच्छा शिक्षण, अच्छी स्मृति का आधार है।
2. **धारण करना (Retaintion)** : धारण करना एक मानसिक प्रक्रिया है। सीखी हुई बातें और पुरानी घटनाएं मस्तिष्क के अवचेतन (Sub-Conscious) में इकट्ठी होती है। इससे मस्तिष्क में स्मृति चिन्ह बन जाता है। इसे ही धारण करना कहते हैं। कम्प्यूटर की तरह मस्तिष्क स्मृति चिन्हों को संचित करता है। धारण क्षमता व्यक्ति विशेष के मानसिक स्थिति, स्वस्थ, रूचि और चिंतन पर निर्भर करता है।
3. **प्रत्याह्वान (Recall)** : पहले सीखे हुए विषय या घटना को वर्तमान चेतना में लाना प्रत्याह्वान कहलाता है। सरल शब्दों में पहले पढ़े या सीखे बात को याद करना प्रत्याह्वान है। यह स्मृति-क्रिया का तीसरा महत्वपूर्ण अंग है। प्रत्याह्वान दो प्रकार का होता है। पहला है चाहकर याद करना (Deliberate) और दूसरा है अचानक याद आना (Spontaneous)।
4. **पहचानना (Recognition)** : स्मृति क्रिया का अंतिम चरण ‘पहचानना’ है। कई बार ऐसा होता है कि पहले सीखा या पढ़ा हुआ विषय पूरी तरह से याद नहीं रहता है, पर देखने के बाद याद आ जाता है। पहचानना, प्रत्याह्वान (Recall) से आसान होता है।

अक्सर ऐसा होता है किसी व्यक्ति को हम पहचान लेते हैं, पर उसका नाम याद नहीं कर पाते हैं।

4.2 स्मृति के तत्व या अवस्थाएं (Components or Stages of Memory)

आधुनिक मनोवैज्ञानिकों ने स्मरण क्रिया का वर्णन कम्प्यूटर सिस्टम के आधार पर करने का प्रयास किया है। मनुष्य और प्राणियों को वे सूचना कार्यवाहक (Information Processor) मानते हैं। जिसमें बाह्य सूचना मस्तिष्क में संकेत के रूप में जाते (Input) हैं। वहां सूचनाएं जमा (Storage) होते हैं। आवश्यकता पड़ने पर ये सूचनाएं पुनः प्राप्त की जा सकती हैं। इसके प्रमुख तत्व निम्नलिखित हैं:-

4.2.1 कूट संकेतन (Encoding)

यह अवस्था पंजीकरण (Registration) भी कहलाता है। किसी बात को सीखने या देखने के बाद वे सूचनाएं मस्तिष्क में जाती हैं। यह सूचनाएं संकेत या कूट संकेतों (Encoding) में परिवर्तित होकर तंत्रिका तंत्र (Nervous System) में जाती है। तंत्रिका तंत्र (Nervous System) संकेतों को कूट भाषा में ग्रहण करता है। तब वे स्मृति मस्तिष्क में जाकर स्मृति चिन्ह का रूप ले लेती हैं। तंत्रिका तंत्र (Nervous System) से जाकर स्मृति चिन्ह के रूप में अंकित होने के लिए उनका कूट भाषा या कूट संकेतों (Encoding) में परिवर्तित होना आवश्यक है।

4.2.2 संचयन (Storage)

पहली अवस्था से गुजरने के बाद स्मृति की दूसरी अवस्था आती है। यह संचयन या जमा करने की अवस्था है। इस अवस्था में सीखी बातें या घटनाएं मस्तिष्क में कुछ समय के लिए इकट्ठी हो जाती है। यह अवस्था धारणा की अवस्था (Retention) भी कहलाती है।

4.2.3 पुनः प्राप्ति (Retrieval)

यह स्मृति की तीसरी अवस्था है। इस अवस्था से स्पष्ट होती है कि सीखी बातें या (स्मृति में) है या नहीं। सूचनाएं कूट भाषा में मस्तिष्क में संचित हो जाती है। आवश्यकता पड़ने पर उसका प्रत्याह्वान (Recall) किया जाता है। अर्थात् उसे याद करने की कोशिश की जाती है। यदि मनुष्य संचित सूचनाओं को याद करने में सक्षम होता है तब यह स्मृति कहलाती है। जो सूचनाएं मस्तिष्क में गई (Input), संचित हुई (Storage) फिर पुनः प्राप्ति (Out Put) की जा सकी वे स्मरण कहलाती है। यह कम्प्यूटर के प्रक्रिया के समान काम करती हैं। इसकी तुलना कम्प्यूटर मेमोरी (Computer Memory) से कर सकते हैं। उदाहरण के तौर पर परीक्षा

से पहले हम पढ़ाई करते हैं, जो मस्तिष्क में इकट्ठी होती जाती हैं, परीक्षा में जाकर यदि हम पढ़े प्रश्नों के उत्तर को याद करके लिख पाते हैं तो यह स्मरण कहलाएगा।

4.3. स्मृति के प्रकार (Types of Memory)

स्मृति एक पूरी प्रक्रिया है। जिसमें सूचनाओं को हमारा मस्तिष्क संचित करता है। विभिन्न प्रयोगों से मनोवैज्ञानिकों ने स्पष्ट किया कि सूचनाओं के संचित होने की अवधि अलग-अलग होती है। कुछ सूचनाएं कम समय और कुछ लम्बे समय के लिए संचित होती हैं। सूचनाओं के संचित होने के समय के आधार पर स्मृति को विभिन्न प्रकारों में बांटा गया है, जो निम्नलिखित हैं-

4.3.1 संवेदी स्मृति (Sensory Memory)

जब कोई सूचना सामने आती है, वे एक सेकेंड या उससे कम समय के लिए स्मृति के रूप में संचित होती हैं। अंगों (सुनने, देखने, छूने आदि) से प्राप्त सूचनाएं मस्तिष्क में बहुत कम समय के लिए रजिस्टर या संचित होती हैं। अगर इन सूचनाओं पर विशेष ध्यान नहीं दिया जाता है तो रजिस्टर सूचनाएं क्षीण हो जाती हैं या समाप्त हो जाती हैं। जिन सूचनाओं पर ध्यान (Attention) दिया जाता है, सीखने या धारण करने की कोशिश की जाती है। वे लघुकालीन स्मृति (Short Term memory of STM) में चली जाती हैं। इस प्रकार संवेदी स्मृति की निम्नलिखित विशेषता स्पष्ट होती हैं-

1. यह मूल रूप से सूचनाओं का रिकार्ड होता है। ये सूचनाएं अपने मौलिक रूप में रहती हैं।

2. संवेदी स्मृति की दूसरी विशेषता है इसकी क्षमता। इसकी विशाल क्षमता होती है। उदाहरण के लिए-एक नजर में ही हमें अपने आस-पास की बहुत सूचनाएं मिल जाती हैं। जैसे- सड़क पर चलते हुए अनेकों गाड़ियों, उनके नम्बर और रंग, आस-पास के दुकानों के नाम जैसी अनेकों सूचनाएं संवेदी स्मृति के रूप में मस्तिष्क में जाती हैं। इसमें से कुछ सूचनाएं ही मस्तिष्क में स्मृति के रूप में अंकित होती हैं।

3. संवेदी सूचनाओं की समय अवधि बहुत कम होती है। इनकी समय अवधि एक सेकेंड या उससे भी कम होती है।

संवेदी सूचनाएं मुख्यतः दो प्रकार से प्राप्त होती हैं-

(i) **दृष्टि संवेदी स्मृति (Visual Sensory Memory or Iconic Memory)** : हम एक नजर में अपने आस-पास की अनेकों वस्तुओं को देख सकते हैं। ये दृष्टि स्मृति के रूप में ठीक उसी प्रकार मस्तिष्क में जाती हैं, पर उससे बहुत कम सूचनाओं को याद रख पाते हैं।

(ii) **श्रवण संवेदी स्मृति (Auditory Sensory Memory)** : श्रवण संवेदी स्मृति कान द्वारा सुनी सूचनाओं को मस्तिष्क में रजिस्टर करता है। अगर इन पर विशेष ध्यान नहीं दिया जाता है तो ये लुप्त हो जाती है। जैसे कि कक्षा में विद्यार्थी शिक्षक की बहुत सी बातें सुनते हैं, पर उसमें से बहुत कम ही याद रह पाता है।

4.3.2 लघुकालीन स्मृति (Short Term Memory or STM)

लघुकालीक स्मृति में संवेदी स्मृतियां आती है। संवेदी स्मृति मस्तिष्क में रजिस्टर होने के बाद अगर उस पर ध्यान दिया जाता है तो वे लघुकालीक स्मृति में चली जाती है। लघुकालीन स्मृति इन सूचनाओं को संचित करती है। स्मृतियों को संचित करने की अवधि कम (20-30 सेकेंड) होती है। इललिए इसे लघुकालीन स्मृति कहते हैं। इसे निम्नलिखित उदाहरण से समझा जा सकता है - रास्ते से गुजरते हुए हम अनेक गाड़ियों को, उनके नम्बर या रंग को देखते हैं। ये सूचनाएं मस्तिष्क में संवेदी स्मृति के रूप में रजिस्टर भी होती है। पर अगर ध्यान न दे तो वे याद नहीं रहते हैं। अगर इनमें से किसी कार के नम्बर को ध्यान से पढ़ लिया जाए तो वे लघुकालीन स्मृति का हिस्सा बन कर 20-30 सेकेंड तो याद रहती है, पर उसके बाद उसकी स्मृति लुप्त हो जाती है। इसे इस प्रकार भी समझा जा सकता है - जब हम किसी से उसका फोन नम्बर पूछते हैं तो वह नम्बर कुछ समय (20-30) सेकेंड याद रहता है। अगर उस समय उसपर ध्यान नहीं दिया जाता है तो नम्बर स्मृति से लुप्त हो जाती है। लघुकालीन स्मृति की निम्नलिखित विशेषताएं हैं:-

- इसकी समय अवधि ज्यादा नहीं होती है। STM में सूचनाएं अधिक से अधिक 20-30 सेकेंड के लिए संचित रहती हैं।
- इसमें सीमित सूचनाएं ही संचित हो सकती है प्रयोगों द्वारा पाया गया है कि सामान्यतः पांच से नौ सूचनाओं को जमा किया जा सकता है।
- लघुकालीन स्मृति में सूचनाएं कूट भाषा (Code) में स्मृति चिन्ह के रूप में अंकित होती है।
- लघुकालीन स्मृति में नवीनता का प्रभाव (Recency Effect) पड़ता है। यानी सबसे अंत में सीखी बातें या सबसे बाद की बातें याद रहने की संभावना सबसे ज्यादा रहती है।

- इसमें प्राथमिकता का प्रभाव (Primacy Effect) भी पड़ता है। जिस बात को प्राथमिकता दिया जाता है वह स्मृति अच्छी होती है। जैसे सबसे पहले पढ़ा गया सूचना प्राथमिकता के आधार पर प्रभावशाली होगा।

लघुकालीन स्मृति की सूचनाएं प्रयास करने पर या रिहर्सल (Rehearsal) और दोहराने के द्वारा दीर्घकालीन स्मृति के रूप में बदला जा सकता है। STM की सूचनाओं को ध्यान देने के साथ-साथ अगर बार-बार दोहराया जाए तो मस्तिष्क में स्मृति चिन्ह गहराई से अंकित होने लगता है। अन्यथा वे सूचनाएं लोप होने लगती हैं। जैसे किसी फोन नम्बर को बार-बार काम में लाना एक प्रकार का रिहर्सल है। इससे वह फोन नम्बर मस्तिष्क में स्मृति चिन्ह बना लेता है। परन्तु यदि उस फोन नम्बर का रिहर्सल नहीं किया जाए तो उसके लुप्त होने या भूलने की संभावना बढ़ जाती है। भूलने की प्रक्रिया एक प्रकार का हास प्रक्रिया (Decay Mechanism) है। STM में भूलने की प्रक्रिया बाधा (Interference Mechanism) के कारण भी होता है। एक STM के बाद दूसरे या तीसरे STM के कारण पहले के STM में बाधा उत्पन्न होती है। ऐसे में पहले की सूचना को हटाकर या विस्थापित कर (Displacement Mechanism) नई सूचनाएं अपना स्थान बला लेती हैं। विलियम जेम्स (William James) ने इसे प्राथमिक स्मृति (Primary Memory of PM) भी कहा जाता है। इसे सक्रिय स्मृति (Active Memory), तात्कालिक स्मृति (Immediate Memory), चलन स्मृति (Walking Memory) जैसे नामों से भी जाना जाता है। वैडडेली (Baddley 1950) ने STM को ध्यान (Attention) द्वारा नियंत्रित माना है। उनके अनुसार STM स्मृतियों को मात्र अस्थायी रूप से जमा रखने वाला तंत्र (System) नहीं है। वरन् यह एक सक्रिय और ध्यान को नियंत्रित करनेवाली प्रक्रिया है। जिसमें दृष्टि प्रतिमाएं (Visual Images), स्वर या आवाज (Sound & Speech) भी उद्दीपक के रूप में संचित होती हैं। मिलर (Miller, 1956) ने STM को सीमित क्षमता की सूचना प्रणाली बताया है। इसे उन्होंने लगभग 7 से ± 2 सूचना की क्षमतावाला बतलाया है। मेरड्रॉक (Murdrock 1967) ने STM अध्ययन की दो विधियों का वर्णन किया है, जो निम्नलिखित हैं-

(i) विकर्षण प्रविधि (Distraction Technique) और

(ii) पूछताछ प्रविधि (Probe Technique)

(i) विकर्षण प्रविधि (Distraction Technique) पेटर्सन और पेटर्सन (L.R. Peterson and M.J. Peterson 1959) और ब्राउन (Brown 1959) के अध्ययन पर आधारित है। इनके अध्ययन से स्पष्ट हुआ कि 50 प्रतिशत भूलने की प्रक्रिया लगभग 6 सेकेंड में होती

है तथा 90 प्रतिशत भूलने की प्रक्रिया लगभग 18 सेकेंड के बाद होती है। अर्थात् दोहराने या रिहर्सल के अभाव में भूलने की प्रक्रिया बहुत तीव्र हो जाती है।

(ii) पूछताछ की विधि (Probe Technique) का प्रयोग केपेल और सहयोगी (Keppel Etral) द्वारा किया गया था। यह भी उपरोक्त प्रविधि से मिलता-जुलता है। इनके प्रयोग के निष्कर्ष में पाया गया कि STM में तीव्र ह्रास होता है। साथ ही यह भी पाया गया कि दोहराने (Rehearsal) से धारण (Retention) की क्षमता बढ़ जाती है। इस प्रयोग में पृष्ठोन्मुख अवरोध (Retroactive and Proactive Interference) भी पाया गया। पृष्ठोन्मुख अवरोध का अर्थ है कि एक विषय को सीखने के बाद यदि दूसरा कोई कार्य किया जाता है तो भूलने की मात्रा अधिक होती है। जब सीखने के बाद विश्राम किया जाता है तब अपेक्षाकृत कम भूलने की प्रक्रिया होती है। इसी प्रकार पहले सीखे जाने वाले कार्य या विषय के प्रभावप को पूर्वोन्मुख अवरोध कहा जाता है, जो नए सीखे जा रहे विषय को प्रभावित करता है।

4.3.3 दीर्घकालीन स्मृति (Long Term Memory)

यह तीसरे प्रकार की स्मृति कोष है। उपर्युक्त तीनों प्रकार के स्मृति भंडारों को स्मृति की समयावधि के अनुसार बांटा गया है। अर्थात् प्राप्त सूचनाएं कितने समय तक स्मृति भंडार में रहती हैं और सूचनाओं या स्मृतियों के विनष्ट होने की क्या दर है।

वातावरण से मिलने वाली सूचनाएं सबसे पहले संवेदी स्मृति में 1-2 सेकेंडों तक रहती हैं। यहां से ये अल्पकालीन स्मृति भंडार में भेजी जाती हैं। यहां ये स्मृतियां लगभग 15 से 30 सेकेंड के लिए ठहरती हैं। यहां से ये सूचनाएं दीर्घकालीन स्मृतिकोष में भेजी जाती हैं। जहां ये लम्बी अवधि तक संचित रहती हैं। यहां स्मृतियां अनिश्चित काल तक जमा रह सकती हैं। वास्तव में इस स्मृति कोष की कोई निर्धारित समय सीमा नहीं है। इस स्मृति कोष की क्षमता विभिन्न बातों पर निर्भर करती है। जैसे दोहराना या रिहर्सल, प्रबलन (Reinforcement) मस्तिष्क की क्षमता आदि। दीर्घकालीन स्मृतियां 20-30 सेकेंड से लेकर अनिश्चित काल तक रह सकती हैं। यह धारणा क्षमता व्यक्ति की पूर्ण जीवनकाल भी हो सकती है। LTM की स्मृति भंडारण की क्षमता बहुत बड़ी होती है। अनेक मनोवैज्ञानिकों ने इस क्षमता को असीमित माना है। अल्पकालीन स्मृतियों को रिहर्सल के द्वारा दीर्घकालीन स्मृति में भेजा जाता है। (Rundus 1971)

LTM में ये सूचनाएं व्यवस्थित रूप से जमा हो जाती हैं। जब इन्हें पुनः याद किया जाता है तब यह प्रमाण मिलता है कि ये कितनी अच्छी और व्यवस्थित प्रकार से स्मृतिकोष में संचित हैं। ब्राउन तथा मैकनेल (Brown and Me-Neill 1966) ने अपने प्रयोग (Tip of the

Tonque – TOT, Phenomenon) में बतलाया कि अच्छे से कंठस्थ विषय स्मृतिकोष में व्यवस्थित रूप से संचित होते हैं। फलतः जिवाग्रह पर होते हैं और जब चाहे याद किया जा सकता है। जैसे छोटे बच्चे पहाड़ा (Table) याद करते हैं। रिहर्सल के फलस्वरूप वे उन्हें कंठस्थ हो जाता है और यह उनके जिवाग्रह (Tip of the Tongue) पर लगभग पूरे जीवन काल तक रहता है। LTM को निम्नलिखित नामों से भी जाना जाता है -

क. गौण स्मृति (Secodary Memory) विलियम जेम्स

ख. प्राथमिक स्मृति (Primary Memory)

ग. दीर्घकालीन संचयन (Long Term Store)

घ. असक्रिय स्मृति (Inactive Memory)

दीर्घकालीन स्मृति की महत्वपूर्ण विशेषताएं निम्नलिखित हैं-

- यहां सूचनाएं लम्बे समय तक या स्थाई रूप से संचित रहती है।
- यहां सूचनाएं कूट संकेतों (Coding) की सहायता से जमा होती है। इसलिए ये वास्तविक सूचना से थोड़ा भिन्न हो सकती है।
- यहां महत्वपूर्ण सूचनाएं तुलनात्मक रूप से, अधिक लम्बे समय तक संचित रहती है। वोवर (1981), लाईट एवं इलिस (1981) ने भी इसका समर्थन किया है।
- अधूरी सूचनाएं LTM में अधिक सक्रिय पाई गई हैं। जबकि पूर्ण सूचनाएं या घटनाएं कम सक्रिय होती हैं। उदाहरण के लिए अक्सर पूरी पढ़ी हुई कहानी की अपेक्षा अधूरी पढ़ी कहानी ज्यादा याद रहती हैं। मनोविज्ञान के क्षेत्र में इस प्रभाव का जयगारनिक प्रभाव (Zeigarnik Effect) के नाम से जाना जाता है।
- LTM में सूचनाएं संगठित, क्रमबद्ध और सहाचर्यात्मक ढंग से (Organized, Systematic and Associative Pattern) संचित होती है।
- LTM में संचित स्मृतियां ज्यादा सही (Accurate) होती हैं।

दीर्घकालीन स्मृति के प्रकार - Types of LTM टुलविंग (Tulving 1972) ने LTM को दो भागों में बांटा-

- ❖ प्रासंगिक या आत्मचरित्र स्मृति (Episodic or Autobiographic Memory)
- ❖ अर्थगत स्मृति (Semantic or Generic Memory)

अपने प्रतिदिन की घटनाओं को देखकर जो स्मृतियां जमा होती हैं, वे प्रासंगिक या आत्मचरित्र स्मृतियां होती हैं। ये घटित घटना संबंधी सूचनाएं होती हैं जो स्मृति के रूप में सुरक्षित हो जाती हैं।

अर्थगति स्मृतियां एक संगठित ज्ञान होती हैं। यह पहले सीखे गए विषय के आधार पर संगठित होती हैं। उसमें पहले सीखे गए शब्दों, तथ्यों, प्रतिकों, सप्रत्ययों आदि की सहायता ली जाती है। मनुष्य द्वारा भाषा का प्रयोग इसका उदाहरण है। इस प्रकार के स्मृति चिन्ह ज्यादा स्थाई होती हैं। इसमें भूलने की प्रक्रिया प्रासंगिक स्मृति की अपेक्षा काफी कम होती है। इसमें सूचनाएं तार्किक रूप से व्यवस्थित होती हैं। कॉलीन तथा क्वीलियन (Collins and Quillian 1969) ने उपरोक्त बातों का समर्थन किया है।

4.4 सारांश (Summing-up)

स्मृति पुरानी घटनाओं और बातों का रिकार्ड है। यह मस्तिष्क में चिन्हों के रूप में सुरक्षित रहता है और आवश्यकता पड़ने पर याद किया जा सकता है। इसके लिए सीखना, धारण करना, प्रत्याह्वान करना और पहचानना आवश्यक है। स्मृति चिन्ह कूट संकेतों के रूप में संचित होते हैं और उन्हें पुनः प्राप्त या याद किया जा सकता है। स्मृति एक पूरी मानसिक प्रक्रिया है। वातावरण से मिलने वाली सूचनाएं बहुत अल्प समय के लिए संवेदी स्मृति में आती हैं। यहां से कुछ सूचनाएं लघुकालीन स्मृति कोष में जमा होती हैं। लघुकालीन स्मृति चिन्हों को अभ्यास या रिहर्सल करके मजबूत बनाने पर ये दीर्घकालीन स्मृति चिन्ह के रूप में मस्तिष्क में सुरक्षित हो जाती हैं। यहां ये लम्बे समय तक रहती हैं। संवेदी स्मृति, लघुकालीन स्मृति तथा दीर्घकालीन स्मृति का वर्गीकरण समय अवधि के आधार पर किया गया है। स्मृति की पूर्ण कार्य प्रणाली चित्र संख्या-4 में दर्शाया गया है। संवेदी स्मृति ध्यान (Attention) के फलस्वरूप लघुकालीन स्मृति कोष में जाती है। अगर ध्यान नहीं दिया जाए तो भूलने की प्रक्रिया (Forgetting or Decay) होती है। इसी प्रकार STM से LTM में स्मृतियां अभ्यास और ध्यान दिये जाने के कारण जमा होती हैं। अन्यथा भूलने की प्रक्रिया होने लगती है। जब स्मृति चिन्ह संवेदी स्मृति और STM से होकर LTM में संचित होती है, तब यह स्मृति चिन्ह लम्बे समय के लिए सुरक्षित हो जाती हैं।

4.5 मॉडल प्रश्न (Model Questions)

1. 'स्मृति' का अर्थ स्पष्ट करें। इसे शिक्षण और घटनाओं का रिकार्ड माना जाता है। परिभाषा के साथ स्पष्ट करें।

Explain Memory. "It is a seconding system". Explain along with definition

2. स्मृति की विशेषताएं और महत्वपूर्ण अवस्थाएं बताएं।
Explain characteristics of memory and what are its important stages?
3. स्मृति की परिभाषा दीजिए। स्मृति कितने प्रकार की होती है।
Define Memory. Explain Various types of Memory.
