

अवधान के रूप

(Features of Attention)

अवधान के मुख्य रूप से चार प्रमुख रूप माने जाते हैं। इनमें से पहले रूप का विवरण नीचे दिया गया है—

1. अवधान का विचलन

(Fluctuation of Attention)

अवधान के विचलन को ध्यान का परिवर्तन भी कहा जाता है।

चयनात्मक अवधान (selective attention) की एक बहुत महत्वपूर्ण विशेषता यह है कि अवधान का केन्द्र (fixation) स्थिर नहीं रहता, बल्कि समय-समय पर बदलता रहता है। यह स्थिति तब भी पाई जाती है जब उद्दीपक क्षेत्र पूरी तरह स्थिर होता है।

इस प्रकार की स्थिति को ही अवधान का विचलन कहा जाता है।

जब हम किसी उद्दीपक पर अपनी ज्ञानेन्द्रियों को केन्द्रित करते हैं, तो अक्सर ऐसा अनुभव होता है कि वह उद्दीपक कभी हमारी चेतना में आता है और कभी गायब हो जाता है।
उदाहरण के लिए—

- तारों की टिमटिमाहट कभी दिखाई देती है और कभी नहीं।
- घड़ी की टिक-टिक की आवाज कभी सुनाई देती है और कभी ध्यान से बाहर हो जाती है।

इस प्रकार किसी कमज़ोर या क्षीण उद्दीपक का कभी ध्यान में आना और कभी ध्यान से हट जाना ही अवधान विचलन कहलाता है।

अवधान विचलन का निरीक्षण

अवधान विचलन का अध्ययन इस बात से किया जा सकता है कि कोई व्यक्ति जटिल चित्र के अलग-अलग भागों पर किस प्रकार अपनी दृष्टि केन्द्रित करता है।

जब आँखों की गति (eye movements) का अभिलेखन (recording) किया जाता है, तो यह स्पष्ट होता है कि दृष्टि का केन्द्रण बिन्दु एक स्थान से दूसरे स्थान पर लगातार बदलता रहता है।

प्रयोगों से यह पाया गया है कि—

- दृष्टि का केन्द्रण सामान्यतः 1 या 2 सेकण्ड तक एक स्थान पर रहता है (Woodworth & Schlosberg, 1954)

बिलिंग्स (Billings, 1914) के अनुसार—

- पहला ध्यान परिवर्तन लगभग **2 सेकण्ड** के बाद होता है
- अवधान परिवर्तन की अवधि **1/10 सेकण्ड से 5 सेकण्ड** तक हो सकती है

कुछ मनोवैज्ञानिक अवधान विचलन को **अवधान लहर (attention wave)** भी कहते हैं।

- स्लॉटर (Slaughter, 1901) के अनुसार अवधान लहर में **धनात्मक (positive)** तथा **निषेधात्मक (negative)** दोनों पक्ष पाए जाते हैं और अवधान समय लगभग **2 सेकण्ड** होता है।
- टेलर (Taylor, 1901) के अनुसार अवधान समय लगभग **6 सेकण्ड** तक हो सकता है।

अवधान विचलन के कारण

(Dember & Warm, 1981)

डेम्बर और वॉर्म के अनुसार अवधान विचलन के कारणों को **दो प्रमुख वर्गों** में बाँटा जा सकता है—

(i) बाह्य व्याख्या

(Peripheral Explanation)

इसके अनुसार अवधान का विचलन निम्न कारणों से होता है—

- आँखों की थकावट
- श्वास क्रिया में परिवर्तन
- मस्तिष्क में रक्त आपूर्ति में उतार-चढ़ाव

इन शारीरिक कारणों के कारण ध्यान बार-बार बदलता रहता है।

(ii) केन्द्रीय व्याख्या

(Central Explanation)

इसके अनुसार मस्तिष्क में **कुछ स्वचालित (automatic) क्रियाएँ** लगातार चलती रहती हैं, जो अवधान में परिवर्तन उत्पन्न करती हैं।

इन मस्तिष्कीय क्रियाओं का मापन **इलेक्ट्रोएन्सेफेलोग्राम (EEG)** द्वारा किया जाता है।

द्विअक्षीय स्पर्धा

(Binocular Rivalry)

अवधान विचलन का एक प्रमुख उदाहरण **द्विअक्षीय स्पर्धा** है
(Helmholtz, James, Lack, Woodworth & Schlosberg)।

द्विअक्षीय स्पर्धा का अर्थ है—

जब **दो अलग-अलग उद्दीपक** दोनों आँखों को एक साथ प्रस्तुत किए जाते हैं, तो प्रत्यक्षीकरण की कई सम्भावनाएँ उत्पन्न होती हैं—

1. दोनों उद्दीपक आपस में मिलकर **एक संगठित प्रतिरूप** बना लें।
2. यदि दोनों उद्दीपक बहुत भिन्न हों और एकीकरण संभव न हो, तो उनमें से **कोई एक ही उद्दीपक पूर्ण रूप से प्रत्यक्षीकरण पर प्रभाव डालता है**।
3. पहले एक उद्दीपक प्रभावी होता है, फिर कुछ समय बाद दूसरा उद्दीपक प्रभावी हो जाता है।

जब दोनों उद्दीपक आपस में नहीं मिलते, तब प्रायः **तीसरी अवस्था** उत्पन्न होती है।
यही स्थिति **द्विअक्षीय स्पर्धा** कहलाती है।

इस स्थिति में—

- पहले एक उद्दीपक दिखाई देता है
- फिर वह विलुप्त हो जाता है
- और दूसरा उद्दीपक दिखाई देने लगता है

इस प्रकार **प्रभाविता (dominance)** और **विलुप्ति (suppression)** का एक चक्र बन जाता है।

कौन-सा उद्दीपक अधिक प्रभावी होगा?

यह प्रश्न महत्वपूर्ण है कि प्रतिस्पर्धा में **कौन-सा उद्दीपक अधिक प्रभावी होगा**। इसके लिए कुछ प्रमुख कारक जिम्मेदार होते हैं—

1. **गति (Movement)**
जो उद्दीपक गतिशील होता है, वह अधिक प्रभावी होता है। हमारी आँखें स्वाभाविक रूप से गति की ओर आकर्षित होती हैं।
2. **तीव्रता (Intensity)**
अधिक तीव्र उद्दीपक या वह उद्दीपक जो
 - रुचिकर
 - सुन्दर

- मनोरंजक
हो, वह अवधान को अधिक आकर्षित करता है।
- 3. **सीमारेखा की स्पष्टता (Clarity of boundaries)**
जिस उद्दीपक की सीमारेखाएँ स्पष्ट होती हैं, वह दृष्टि पर अधिक प्रभावी होता है।

इनके अतिरिक्त, किसी उद्दीपक की प्रभाविता **व्यक्ति के ऐच्छिक प्रयास (voluntary effort)** पर भी निर्भर करती है।

अर्थात् व्यक्ति स्वयं भी यह तय कर सकता है कि वह किस वस्तु पर ध्यान केन्द्रित करना चाहता है