

Dr.pragya kumari
Asst.prof.
Dept.of psychology
H.D.Jain college Ara

Nature of Sustained Attention

५०५

Sustained attention एक ऐसी प्रत्यक्षमानात्मक प्रक्रिया है जिसमें व्यक्ति-अधिक समय-तक अपना ध्यान-किसी उद्दीपक पर केन्द्रित किये रहता है तथा उस उद्दीपक के प्रति अधिक स्वतंत्रता-वनाये-व्यवता है। Sustained attention के अध्ययन में मनोवैज्ञानिकों की अभिरुचि-तब उपज-रही-जब उन्होंने द्वितीय-विश्व युद्ध के दौरान- Radar operators में अवधान-से सम्बन्धित समस्याएँ उत्पन्न होने पाये-इन संभालकों को गौर-से ध्यान-देते हुए दुश्मन-के आते हुए हवाई-जहाज-से रडार-में उत्पन्न-संकेतों की पहचान-करनी-होती थी-। कुछ समय तक इस तरह के कार्य-करने-के बाद रडार-संभालकों के निष्पादन-में गिरावट आने लगती थी और वे दुश्मन-के आते हुए हवाई-जहाज से रडार-में उत्पन्न-संकेतों की पहचान-करने में वे-असफल-होने लगते थे। इस तरह के प्रेरण से प्रेरित होकर-दीर्घकाल-अवधान-के प्रयोगात्मक अध्ययन-का-प्रयास-पारंग-किया-गया-और इस सिद्धांत में पहला-प्रयोगशाला-प्रयोग Mackworth, 1950 द्वारा किया-गया-। इस प्रयोग में उन्होंने रडार-के अनुरूप-प्रदर्शन-

जिसे बड़ी परीक्षण कहा गया, का उपयोग किया। इस परीक्षण में प्रयोग की बड़ीनुमा परिष्पित उपकरण में काला सूई के गति पर गौर से ध्यान देने के लिए कहा गया। बड़ीनुमा परिष्पित उपकरण में काला सूई लिखा नहीं था तथा उसमें किसी प्रकार का कोई संकेत नहीं था। सूई प्रति सेकंड 0.3 इंच की गति से आगे बढ़ता था तथा कभी-कभी बीच में उसकी गति दुगुना अर्थात् प्रति सेकंड 0.6 इंच हो जाती थी। प्रयोग को उस समय बंद कर देकर अनुक्रिया करना था जब उसे यह प्रतीत हो कि सूई दुगुने गति से अर्थात् 0.6 इंच प्रति सेकंड की गति से आगे बढ़ा हो। प्रयोग को इस कार्य में दो घंटे तक लगाया गया। परिणाम में यह देखा गया कि करीब आठ घंटे तक दीर्घकृत अवधान उक्त कार्य पर देने के बाद उनके निष्पादन में कमी आने लगी। प्रयोग पर्येक चार पहचानने वाले संकेत में से एक की पहचान करने में असफल होने लगा। Mackworth के बाद में भी कई मनोवैज्ञानिकों द्वारा इस तरह के प्रयोग किये गये जिसमें Mackworth के निष्कर्ष के ही समान निष्कर्ष पाये

गये। इसमें दीकनर 1974 द्वारा किया गया कार्य काफी महत्वपूर्ण था। इन प्रयोगों से यह स्पष्ट हुआ कि संकेत-पठन के कार्य निष्पादन में उत्पन्न कमी का कारण शारीरिक थकावट नहीं था क्योंकि इन प्रयोगों में कार्य भार बहुत ही हल्का था।

दीर्घकाल अवधान के प्रयोगों से अवधान के बारे में कुछ शक्ति तथ्य सामने आये हैं। इसके स्वरूप से यह स्पष्ट हुआ है कि किसी वास्तव उद्दीपक पर ध्यान देना एक तीव्र क्रिया है जिसमें काफी मानसिक प्रयास व्यक्ति को करना पड़ता है। इस मानसिक प्रयास का पूर्ण उपयोग तब तक नहीं होता है जब तक की व्यक्ति एक खास ढंग से उत्तेजित नहीं हो पाता है। उद्दीपक पर ध्यान देने के लिए आवश्यकता है कि व्यक्ति में दृष्टिक उत्तेजन का स्तर जैसे विशेष शारीरिक मुद्रा, विशेष मांसपेशियों में तनाव तथा सतत सक्रिय एकाग्रता आदि का विशेष स्तर बना हुआ हो। परन्तु निगरानी कार्य के दौरान जो व्यक्तियाँ व्यक्त होती हैं, उससे यह स्पष्ट है कि उत्तेजन के बहुत दूर स्तर से उत्तम निष्पादन नहीं हो पाता है। दीर्घकाल अवधान में निष्पादन उस समय सबसे उत्तम होता है जब व्यक्ति में उत्तेजन का स्तर मध्यम होता

हैं। बहुत अधिक तथा बहुत कम उर्वरजन
स्तर होने पर निष्पादन में ह्रास होती
है।

==