अवधान : प्रकृति

(Meaning of Attention)

अवधान से संबंधित मनोवैज्ञानिक साहित्य का अध्ययन करने पर यह स्पष्ट होता है कि अवधान को प्रायः **सचेतन अभिज्ञा** (conscious awareness) के रूप में परिभाषित किया गया है।
संरचनावादी मनोवैज्ञानिकों के अनुसार अवधान का अर्थ है— **चेतना में उपस्थित वस्तुओं या अनुभवों की स्पष्टता**।

वुण्ट (Wundt) ने अवधान को एक ऐसी प्रक्रिया माना है, जिसके द्वारा कोई उद्दीपक **परिधीय चेतना** (peripheral consciousness) से हटकर **चेतना के केन्द्र या फोकस** (core/focus of consciousness) में आ जाता है।
अर्थात् अवधान वह प्रक्रिया है, जिसके माध्यम से किसी विशेष उद्दीपक पर हमारी चेतना केन्द्रित हो जाती है।

बोरिंग (Boring, 1929) के अनुसार, अवधान के माध्यम से ही **प्रत्यक्षीकरण, सम्प्रत्यक्षण** (apperception) में परिवर्तित होता है।
पेरियन (Perion, 1929) ने अवधान को **प्रत्याशा** (expectancy) और **अन्वेषण** (exploration) की प्रक्रिया माना है।
लैशमैन, लैशमैन तथा बटरफील्ड (1979) ने अवधान को सीधे-सीधे **चेतना** (consciousness) का ही पर्याय माना है। उनका कहना है कि जिस प्रकार प्राणी केवल उन्हीं उद्दीपकों को अनुभव करता है जो उसकी चेतना में आते हैं, उसी प्रकार अवधान की प्रक्रिया भी कार्य करती है।

चाक्षुष जगत और अवधान

जिस **चाक्षुष** (visual) **जगत** में हम हर समय रहते हैं, वह अत्यंत **जटिल** होता है। इसमें अनेक वस्तुएँ विभिन्न दूरियों पर स्थित होती हैं। उनके **रंग, रूप, आकार, बनावट और अन्य विशेषताएँ** एक-दूसरे से भिन्न होती हैं। इसी कारण हर वस्तु का अर्थ और महत्त्व प्रेक्षक के लिए अलग-अलग होता है।

हमारा प्रत्यक्षीकरण मुख्य रूप से **दो कारकों** पर निर्भर करता है—

1. जब हम किसी विशेष परिस्थिति में अपनी **दृष्टि को किसी एक स्थान या वस्तु पर केन्द्रित करते हैं**।
2. जब **चाक्षुष वातावरण से प्राप्त प्रकाश किरणें हमारी आँखों के अक्षपटल** (retina) पर पड़ती हैं।

हम जो कुछ भी देखते हैं, वह केवल भौतिक वातावरण का परिणाम नहीं होता, बल्कि इस बात पर भी निर्भर करता है कि हमारी दृष्टि उस समय **किस वस्तु पर केन्द्रित है**। ऐसे वातावरण में जहाँ अनगिनत वस्तुएँ

उपस्थित होती हैं, हम सभी वस्तुओं का प्रत्यक्षीकरण नहीं कर पाते। हमें केवल **वातावरण के एक छोटे से भाग** की ही स्पष्ट जानकारी होती है।

इससे यह स्पष्ट होता है कि हमारा प्रत्यक्षीकरण **चयनात्मक (selective)** होता है।

उद्दीपकों की अधिकता और अवधान की आवश्यकता

वास्तविक जीवन में हर समय हमें **चारों दिशाओं से असंख्य उद्दीपक** प्राप्त होते रहते हैं। ध्वनि, गंध, दबाव, तापमान आदि से संबंधित संवेदनाएँ लगातार हम पर प्रभाव डालती रहती हैं।
इसे ही कहा गया है—
“Various types of stimuli continuously bombard us.”

इसके साथ-साथ हमारे शरीर के **आंतरिक संग्राहक (internal receptors)** भी शरीर की आंतरिक अवस्थाओं से संबंधित सूचनाएँ लगातार मस्तिष्क तक पहुँचाते रहते हैं।
चाहे कोई व्यवस्था **भौतिक हो या जैविक**, इतनी अधिक सूचना को एक साथ संसाधित करना संभव नहीं होता, क्योंकि **मानव की सूचना-संशोधन क्षमता सीमित होती है**।

इसी कारण हमारी **प्रात्यक्षिक व्यवस्था (perceptual system)** को **चयनात्मक** होना पड़ता है, और यही चयनात्मकता **अवधान** के माध्यम से संभव होती है।

अवधान की परिभाषाएँ

वुडवर्थ एवं श्लासबर्ग (Woodworth & Schlosberg) के अनुसार—

“प्रत्यक्षीकरण के इस चयनात्मक गुण को ही अवधान कहा जाता है।
भिज्ञताओं को केन्द्रित करना ही अवधान की मूल प्रक्रिया है।”
(The essence of attention is the focussing of awareness.)

चैपलिन (Chaplin, 1975) के अनुसार—

“अवधान वह प्रक्रिया है, जो कुछ विशिष्ट निवेशों (inputs) को अनुभव-केन्द्र में सम्मिलित होने के लिए चुनती है।”

मार्गन, किंग और रॉबिन्सन (1981) का मत है—

“किसी उद्दीपक या उद्दीपकों के समूह के प्रति चयनात्मक प्रतिक्रिया की मानसिक प्रक्रिया को अवधान कहते हैं।”

हेब्ब (Hebb, 1954) के अनुसार—

“अवधान एक स्वायत्त केन्द्रीय प्रक्रिया है, जो संवेदी प्रक्रियाओं को पुनर्बलन प्रदान करती है और अधिगम से अत्यधिक प्रभावित होती है।”

अवधान का स्वरूप

इस प्रकार अवधान एक प्रकार का **मानसिक सेट (set)** है, जिसमें—

- ज्ञानेन्द्रियों के समायोजन
- स्नायविक समायोजन
- पेशीय तथा **मुद्रात्मक (postural) समायोजन**

सभी सम्मिलित रहते हैं। इसके परिणामस्वरूप व्यक्ति में किसी **विशेष उद्दीपक के प्रति विशेष ढंग से अनुभव करने और व्यवहार करने की तत्परता** उत्पन्न होती है।

अवधान की उपस्थिति में प्रत्यक्षीकरण **सरल और स्पष्ट** होता है, जबकि अवधान के अभाव में प्रत्यक्षीकरण **असफल** हो सकता है।
उदाहरण के लिए—
एक **पहरेदार** हल्की-सी आहट भी सुन लेता है, लेकिन वही आवाज़ हम **नींद में** नहीं सुन पाते।

हर्नान्डेज-पियान (1966) ने अवधान की तुलना **प्रकाश की किरण** से की है।
जैसे प्रकाश की किरण के **केन्द्र में अधिक चमक** होती है और किनारों पर कम, उसी प्रकार अवधान का भी एक **केन्द्र** होता है, जहाँ उद्दीपक बहुत स्पष्ट अनुभव होते हैं। जो उद्दीपक अवधान की **परिधि** में होते हैं, वे उतने स्पष्ट नहीं होते।

अवधान क्षेत्र (Field of Attention)

उद्दीपक क्षेत्र का जितना भाग हमारी चेतना में आता है, उसे **अवधान क्षेत्र (field of attention)** कहा जाता है।
इसे—

- चेतना क्षेत्र (field of consciousness)
- अवधान केन्द्र (focus of attention)

भी कहा जाता है।

जो उद्दीपक अवधान केन्द्र के चारों ओर सीमावर्ती क्षेत्रों में होते हैं, वे **अवधान-सीमान्त (margin of attention)** बनाते हैं।
अवधान केन्द्र और अवधान-सीमान्त के उद्दीपक आपस में **आते-जाते रहते हैं**।

अवधान की विशेषताएँ

(Characteristics of Attention)

1. अवधान एक **स्वायत्त केन्द्रीय प्रक्रिया** है (Hebb)।
2. यह स्मरण, कल्पना और चिंतन की तरह एक **मानसिक प्रक्रिया** है।
3. यह **संवेदी प्रक्रियाओं को पुनर्बलन** प्रदान करता है।
4. यह प्रत्यक्षीकरण को **स्पष्टता** प्रदान करता है।
5. इसमें आँख, कान, त्वचा आदि के **संग्राहकीय समायोजन** होते हैं।
6. इससे **शारीरिक मुद्राओं** में परिवर्तन होता है।
7. इसमें **अनुक्रिया-चयन** पाया जाता है।
8. अवधान **गत्यात्मक (dynamic)** होता है।
9. यह **अन्वेषणात्मक (exploratory)** होता है।
10. अवधान का विस्तार **सीमित (narrow)** होता है।
11. अवधान के बिना प्रत्यक्षीकरण संभव नहीं है—
    “Attention is the gateway of perception.”
12. अवधान से व्यक्ति में **तत्परता (readiness)** उत्पन्न होती है।
13. इसमें **आंतरिक और बाह्य शारीरिक परिवर्तन** होते हैं।
14. हृदय गति और श्वसन गति जैसे **आंतरिक समायोजन** भी होते हैं।
15. इसमें **पेशीय समायोजन** पाया जाता है।
16. अवधान के **धनात्मक और ऋणात्मक दोनों पक्ष** होते हैं।
17. अवधान एक **चयनात्मक प्रक्रिया** है।
18. अवधान के कारण ही उद्दीपक चेतना के केन्द्र में स्थापित होते हैं।
19. अवधान से हमारी **संवेदी क्षमताओं में वृद्धि** होती है।
20. यह **प्रात्यक्षिक संगठन** को स्पष्ट करता है।
21. अवधान में **केन्द्रीय स्नायुमंडल** की सक्रिय भूमिका होती है।
22. हम एक साथ बहुत-से कार्यों पर ध्यान नहीं दे सकते—अवधान का विस्तार संकुचित होता है।