

Experiment / Test/No. : 1

Date : 27/3/2019

Title of Experiment / Test Span of Attention

Name of Experimenter / Tester

Padil Komal Sunil

Name of Subject / Testee

Sonali Arun Padil

Age : 21

Sex : Male / Female

Age : 21

Sex : Male / Female

Education : B.A III

Education : B.A - III

Problem / Purpose :

दृश्य अद्विपकाच्या साहाय्याने प्रयुक्ताच्या अवधान कक्षीचे मापन करणे

Material :

लघुकाल दूरक यंत्र , 3-10 ठिपके असणारे विविध कार्ड्स , काकडी पडदा , पेपर - पेन्सिल इ.

Introduction :

संवेदन प्रक्रियेतला अत्यंत महत्वाचा प्रारंभीचा टप्पा म्हणजे अवधान. जी अनेक अर्थाने आपल्या परिचयाचा आहे. 'you're inattention please!' अशा मज्जुळं गिनवणीवास्तुन काशे !! कसं कस कुठ असतं ? धांदरट कुठली ! अशा कडवटवाणीपर्वत, आपलं कस खेचुन होणाऱ्या चौकत-क्या लखादया वीश्टरपास्तुन ले एकाग्रचित्ताने काशेदिकाम कर-ताऱ्या कारागिरापर्यंत अवधानाची अनेक रुपे आहेत.

गिनंती ही दहावीच्या गुणावन्ता यादित चांगल्या गुणा-नी पास का झाली, तर तीच्या पाककांच्या मते तिचे सर्व कस कायत अस्वासाकडे एकाग्र झालेले असे आजुवाजुला लडणाऱ्या अन्ध बटनांकडे तिचे अनिवात कस लसे. आगी या एकाग्रतेचे फळीत लिहया गुणांमार्फत प्राप्त झाले.

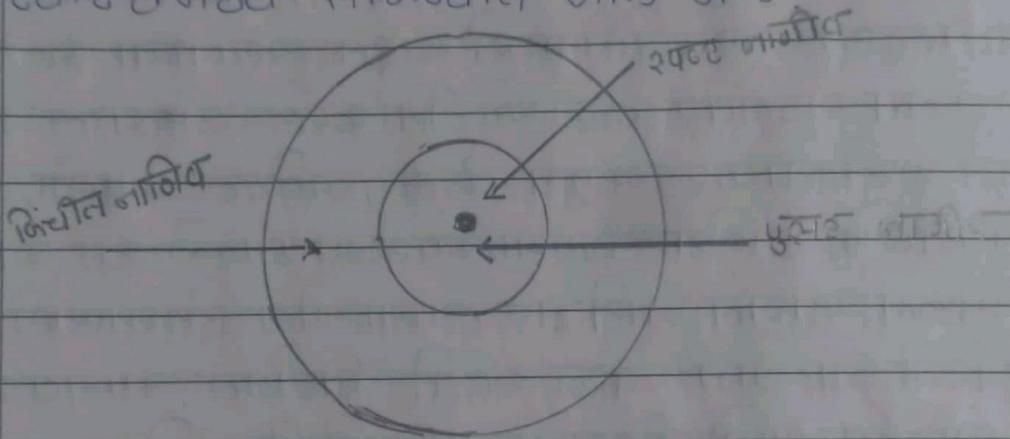
यावरूनच आपल्याला लसे दिसते की, आजच्या काळात मुलांचे अनेक प्रकारे निर्बर्कण विकर्षण करणाऱ्या

गोष्ठी आधुवाजुला घडत असतात. जसे की, घराकडचे फोनवर आई कीवाशी तरी वोलत आहे. दारात कोणीतरी विक्रीत आला आहे. ती आपली वस्तु कशी घांगली आहे हे पटकून देतो आहे. (वावा ... भाऊ ... बहीण ... T.V. etc) एकाग्रतेकडचे वाघा आवागाथा या सर्व गोष्टीवर मात करून अभ्यास विक्या-वर लक्ष केंद्रित करतो कठीण गोष्ट आहे, आणि म्हणूनच विन-नीचे विशेष कौतुक केले गेले.

अवधान प्रक्रिये मधील सर्वात महत्वाची पायरी म्हणजे सक्षीपताळच्या परिस्थितीमध्ये घडत असणाऱ्या अनेक घटनांपैकी केवळ एकाच घटनेवर लक्ष केंद्रित करतो. अवधान हा अनिशय मूलभूत मनीट्यापार असून वेदन, संवेदन, स्मृती, अध्ययन व सर्व मानसिक प्रक्रिया अवधानावर आधारलेल्या आहेत. केवळ वेदन होऊन भागत नाही तर त्याचा बीघ होण्यासाठी त्याकडे अ-धान दिले जाण्याची गरज असते. विशेषतः मानव हा समाजशील प्राणी आहे. व त्याचे जीवन परस्परापलंघी आहे. त्यासाठी एकमेकांना समजून घेण्यासाठी व त्यांची वीळती पलन, हावभाव इ. ठिकाणी आपले लक्ष असणे गरजेची आहे. या दृष्टीने विचार करता मानवी जीवन व मानवी मनीट्यापार यांसाठी अवधान हा अनिशय महत्वपूर्ण घटक आहे.

एखाद्या घटकांवर लक्ष दिलेले असताना त्याचे आपल्याकडे पूर्णत्वाचे ज्ञान होते. त्यापैकी बाकीच्या घटकांची अस्पष्ट स्वरुणत जाणीव होत असते. त्याची आपल्याला स्पष्टीरित्या जाणीव होत असते त्याला स्पष्ट जाणीवेचे क्षेत्र असे म्हटले जाते. मिनिमा पाहिले अस-लाना पडण्यावर घालु असलेला प्रसंग हा आपल्या स्पष्ट जाणीवेच्या क्षेत्राचा भाग असतो. त्याच प्रसंगातील बर, घरातील वस्तु यांची अस्पष्ट स्वरुणत जाणीव होत राहते. लेश वनले पुसट जाणीवेचे क्षेत्र सहायिकी काही घटकांची आपल्याला काश्च कमी प्रमाणात जाणीव होत असते.

Ex - स्थितिमात्रकाला त्या विशिष्ट पुराणातील धरामध्ये उभयता त्या शीमेच्या वस्तु. त्यांचे आपकाला काय कमी प्रमाणात जात हेच. अशा गोष्टी अवधान किंवा जाणीवच्या क्षेत्रा मध्ये. या तिन्ही प्रकारच्या क्षेत्रांना जाणीवचे क्षेत्र असे म्हणतात. आणि त्यावर लक्ष केंद्रीत झालेले असलेल्या जाणीवचे केंद्रस्थान म्हणून जाले. या संपूर्ण पारस्परिकीकरण लक्ष देण्याची प्रक्रिया म्हणजेच अवधानाची प्रक्रिया या त्याच्यामध्ये सांगण्यात आले आहे.



व्याख्या (Definition)

" जाणीवच्या क्षेत्रातील घटक जाणीवच्या केंद्रस्थानी आणण्याची मनाची वेद्यक प्रक्रिया म्हणजे अवधान होय. "

" अडथळा आणणाऱ्या उद्दिष्टांना वाळुना साकून पाहण्या मानसिक कृतीवर लक्ष केंद्रीत करणे म्हणजे अवधान होय. "

अवधानाचे स्वरूप - (Nature of Attention)

काही घटक लक्षणीय अवधानामध्ये वरध काळ विभूत राहतात. तर काही छोट्याच वेळाले अवधानाला वाळुना पडतात. अवधानाचे स्वरूप समजावून घेतल्यावर ही प्रक्रिया अधिक स्पष्ट होते. ते पुढीलप्रमाणे -

1) अवधान ही वेचक प्रक्रिया आहे -

अवधानाची प्रक्रिया वेचक पल्ल्याचे गहत्वाचे कारण आहे की, पंचज्ञानेन्द्रियापर अनेक उद्दीपके आघात करत असतात. त्यांची पखादद्याच घडकांवर लक्ष केंद्रीत करण्याची व्यक्तीची क्षमता असेल त्यामुळे इतर उद्दीपकांकडे आपोआप दुर्लक्ष होते. विद्यार्थी जिेव्हा शिक्षकांची शिक्षणिते मनःपूर्वक ऐकत असतो. तेव्हा पत्रालीक अनेक विद्यार्थी व इतर घडकांकडे त्याचे लक्ष नसते.

2) अवधान प्रक्रियेमध्ये मन क्रियाशील / कार्यरत असते -

अवधान हेत असताना मन निर्विकार (आसिध्दकी) नसलेले (Expresionless) नसते. तर उत्कट मन सक्रिय झालेले असते. कारण मनाच्या सहाय्याने उद्दीपक जाणीवपूर्वक अवधानाकडे केंद्रस्थानी आणला जात असतो. अवधान क्रिया मानसिक असल्यामुळेच जार काल पखादद्या गीळीकडे लक्ष दित्त्यास एकव्याचा अनुभव येतो. एकच विषय बराच वेळ अकथ्यासत असल्यावर कंवाला त्यामुळेच तर येतो.

3) अवधानाकळे शारीरही सक्रिय असते -

अवधान ही विशीष करून मानसिक घटना आहे. परंतु अवधान देण्यासाठी शारीरही वारज आहे. मुख्य म्हणजे आयुवायुच्या उद्दीपकांची कान हे ज्ञानेन्द्र्यांमुळेच होते.

अवधान हेत असताना शारीरिक हालचालीही घडून येतात. आणि त्यामुळेच अवधान देणे सोपे जाते. एखादी गीळ ऐकताना लडान मुळे डबुपटी डालावर ठेवून आपले लक्ष एकाग्र करण्याचा प्रयत्न करतात ती याव्यामुळेच अवधान देणे सोपे जाते.

4) अवधानासाठी मानसिक तत्परतेची वारज असते -

एखादी गीळी पुढपिठी समजण्यासाठी मनाची तयारी

तयारी असती आवश्यक आहे. व्यक्तीचे मन त्या घटकांपर
केवळ झालेली असते. त्यांचेच स्पष्ट स्वरूपात ज्ञान टीका
शकते. म्हणुनच त्याची गणितातील सूत्रे (विद्यवाच) समजा-
वून घेण्याची तयारी असते. त्यालाच गणिताचे आकलन
चांगल्या प्रकारे होते.

बु अपधान ही बोधात्मक स्वरूपाची प्रक्रिया आहे -

अपधान दिले नाही तर त्या त्या घटकांचा आपल्या-
ला बोध होत नाही. अपधान दिल्यामुळेच विशिष्ट उद्दीपका-
चा बोध आपल्याला होऊ शकतो. Ex - सुचनेकडे लक्ष दिले
तरच सुचनेचा अर्थ कळतो.

बु अपधान ही समाधीतनात्मक प्रक्रिया आहे -

व्यक्तीला सातत्याने सक्षीवताकष्टा परिस्थितीशी
जुळवून द्यावे लागते. पण समाधीतन वेळी न देणे हे अपधान
देण्यावर अपलंबुन आहे. परिस्थितीचे ज्ञान झाले तर समा-
धीतन करायचे व कोणत्या प्रतिक्रिया द्याव्याच्या हे कळते.

Ex - द्यावेली परिस्थिती दिवस असतात. द्यावेली अक्षयास
अथ विषय फक्त स्मृतीच्या केंद्रस्थानी धर करून वसलेला
असतो. अशावेळी आपण इतर गोष्टींकडे दुर्लक्ष करतो.

Ex - T.V. पाहणे, खेळणे, फिरणे, whats APP, facebook
Twitter et... अशा सर्व गोष्टींकडे आपण दुर्लक्ष करून
फक्त अक्षयास करतो.

धीडकाल परिस्थिती कोणत्या प्रकारची आहे.
त्याचप्रमाणे समाधीतन करतो. व त्याच पद्धतीने प्रतिक्रिया
देतो.

६) अवधानाच्या क्रियेमध्ये नससंस्था सहभागी असते -
 अवधानामध्ये मेदुळ्या मंडूच्या मंडूपूर्ण असा सहभाग असतो. उद्दीपकावर पुनर्पुन लक्ष केंद्रीत आलेल्या व्यक्तीचा मेदुळ्या विद्युत - स्पर्श - स्पंद आलेख - (EEG - Electroencephalograph)

७) अवधानामध्ये वैदिक घटकांचे विश्लेषण होत -
 आपल्या वैदिकीयांच्या आधारे उद्दीपकांचे गुण केली जात असते. परंतु ही क्रिया होत असताना स्पर्शकर सर्वच घटकांचा स्वीकार केला जात नसतो. तर त्यांचे वेळ होत असते त्या ठरुचे सामग्रीचे विश्लेषण केले जाते. व असंबंधी न गीष्टी वाजुका करून वायुक्त घटकांचा स्वीकार केला जातो.

अवधानाचे प्रकार -

आजुवाजुच्या सर्व घटकांफडे अवधान होत असताना ते एकाच पद्धतीने दिले जात नाही. त्याबाबतील विविधता आढळते. याच विविधतेवरून अवधानाचे प्रकार पडतात.

१) वैच्छिक अवधान (Voluntary Attention) -
 व्यक्ती जेव्हा एखाद्या उद्दीपकांफडे स्वतःकडून लक्ष पुरविते, तेव्हा त्यास वैच्छिक अवधान असे म्हणतात.

या प्रकारच्या अवधानामध्ये उद्दीपकांच्या गुण-धर्मपेक्षा व्यक्तीची दृष्टा जास्त महत्वाची असते. त्यामुळे उद्दीपक आकर्षक असला किंवा नसला तरी व्यक्तीचे लक्ष त्याकडे जाते.

Ex - विद्यार्थ्यांनी अभ्यासाकडे लक्ष देणे, दुरदर्शनिवरील एखादी मालिका आवडते म्हणून पाहणे. आजुवाजुच्या घटकांफडे दुर्लक्ष करून समोरच्या प्रिय व्यक्तीवरून गप्पा गीष्टी

करती. वगैरे

एखाद्या उद्दीष्टाने प्रेरित झाल्यामुळेच ऐच्छिक अवधान घडून येत असते.

काही वेळा अवधान देत असताना सजीवताकड्या परिस्थितीतील आकर्षण घटक अवधान खेचून घेण्याचा प्रयत्न करतात. अशावेळी व्यक्तीला आपला हेतु पुर्ण कर-ण्यासाठी त्या उद्दीष्टाकडे दुर्लक्ष करावे लागते.

(गानलेला घिसपट, पटर्णी, लठ्ठनसमारंभ)
आपल्यामधील इच्छाशक्तीचा विशेषत्वाने वापर करावा लागतो.

Ex - शीतारच्या वाईनी वीकल असताना घराने मुलांच्या

ऐवजनेच्छिक अवधान (Involuntary Attention) -

व्यक्तीची इच्छा असो वा नसो स्वतःच्या विशिष्ट गुणधर्मामुळे एखाद्या उद्दीष्टकडे व्यक्तीचे अवधान खेचून येतो. लक्षा अनेक ऐवजनेच्छिक अवधान घडून येते.

Ex - शांतपणे पुरतक वाचत असताना वादिरून कोणी तरी अडकले तर त्याकडे घटक लक्ष देतो जाते. कठाल मुलांचे अवधान हे विशेषतः या प्रकारचे दिसून येते.

कारण या प्रकारच्या अवधानामध्ये व्यक्तीच्या इच्छा, प्रेरणा यांचा संबंध नसतो. त्याच वेळीच लक्ष पकड करण्याची गरज नसते. तर उद्दीष्टाचा रंग, आकार, आणत यांमुळे आपोआपच त्याकडे लक्ष जाते. या प्रकारच्या अवधानास अहेतुक अवधान असे म्हणतात. परिणासी हे अवधान अल्पकाल टिकवारे असू शकते.

७) स्वाभाविक अवधान - (Habitual Attention) -

साधारणपणे त्रिस्तिक अवधानाचे रूपांतरण हे स्वाभाविक अवधानामध्ये होत. स्वाभाविक अवधानामध्ये व्यक्तीची इच्छा व प्रेरणा आणि उद्दीपकाची वैशिष्ट्ये या दोन्ही गोष्टी कारसहवाच्या नसतात. तर या ठिकाणी व्यक्तीची संपन्न मनुष्याची असलेल्या उद्दीपकाकडे सतत अवधान देऊन ती संपन्नची हीकून जाते. व त्यामुळे यांशीकपटाने स्वाभाविक अवधान दिले जाऊ लागते.

Ex - तु फोनची रिंग वाजताच त्या ठिकाणी फोन ठेवलेला असतो त्याच दिशेने आपले लक्ष आपीआप जाऊ लागते.

२) वगळी शिकविले असताना मधल्या सुट्टीची वेळ वाजताच वगळी आपले लक्ष जाऊ शकते.

८) घड्याळ -

सकाली अन्ध उदक्यापासून ते रात्री झोपेपर्यंत आपण सालत्याने कशावर ना कशावर तरी अवधान केंद्रित करत असतो. लक्षा या तीन प्रकारांपैकी एखाद्या प्रकारचे अवधान त्यामध्ये कार्य करीत असते.

अवधानाचे निश्चरिफ - (predetermination of Attention)

अवधानावर परिणाम करणारे घटक -

अवधानाच्या वावलीन आपण दोन शब्दसमुहांचा वापर केळ्यास अवधानावर परिणाम करणारे घटक हे दोन प्रकारचे आहेत हे आपल्या सज्जिव्या (चुटकीसरती) लक्षात येऊ शकतात. ते म्हणजे - अवधान देणे व अवधान वेधणे

अवधान देण्यामध्ये आंतरिक घटक आधिप्रेत आहेत तर अवधान वेधण्यामध्ये वाह्य घटक आधिप्रेत आहेत. आंतरिक घटकांमधून अवधानाची निवडकता या ठिकाणी व्यक्त

होते.

आता आपण अवधानावर परिणाम करणाऱ्या घटकांचा विचार करू.

अ) वाह्य घटक -

वाह्य परिस्थितीत मधील त्या घटकांचा व्यक्तीच्या अवधानावर परिणाम होतो. त्याला वाह्य घटक म्हणतात.

१) उद्दीपकाचा प्रकार -

साधारणपणे ७ पंचज्ञानेन्द्रिये मानली जातात ही सर्वधिया सर्व वेदनेन्द्रिये समान प्रमाणात अवधान खेचून घेऊन घेऊ शकत नाहीत. मानवाच्या वाचलीत दृष्टि आणि श्रुती सर्वाधिक प्रभावी वेदने मानली जातात; तर मानवेतर प्राणी चांभ्यावाचलीत गंध व स्पर्शवेदन अधिक प्रभावी असतात.

त्यामुळे अन्य प्रकारच्या उद्दीपकांपेक्षा दृश्य आणि श्राव्य उद्दीपकांकडे अधिक घटकन लक्ष वेधले जाते. पण त्याच्या नीडीला गंधवेदनेही आपले लक्ष वेधून घेतात.

Ex - फुलांचा वास, अल्लराचा वास, आपले घटकन लक्ष वेधून घेतात. दुर्गंधीयुक्त वास.....

ii) उद्दीपकाचा प्रकार -

साधारणपणे ७ पंचज्ञानेन्द्रिये मानली जातात, ही सर्वधिया सर्व वेदनेन्द्रिये समान प्रमाणात अवधान खेचून घेऊन घेऊ शकत नाहीत. मानवाच्या वाचलीत दृष्टि आणि श्रुती सर्वाधिक प्रभावी वेदने मानली जातात; तर मानवेतर प्राणी चांभ्यावाचलीत गंध व स्पर्शवेदन अधिक प्रभावी असतात.

त्यामुळे अन्य प्रकारच्या उद्दीपकांपेक्षा दृश्य व श्राव्य उद्दीपकांकडे अधिक घटकन लक्ष वेधले जाते. पण त्याच्या नीडीला गंधवेदनेही आपले लक्ष वेधून घेतात.

Ex - फुकांघा वास , अत्तराघा वास , आपले चटकल लक्ष वेद्युन घेता-
न कुबधीद्युक्त वास

ii) उद्दीपकाची तीव्रता -

उद्दीपक जिनका तीव्र वितके त्याकडे अवधान चटकल जाण्याची शक्यता अधिक असते. उच्चोत्तम अगदीगीत प्रकाश , कर्कश आवाज , तीव्र शरपाघा वास , अगदीगीत वास या सर्व गोष्टी बली घेतलेल्या कामाघा विसर पाडून त्या घटकांकडे अवधान द्यायला लागतात .

Ex - कर्कश आवाज

iii) उद्दीपकाचा आकार -

छोट्या - छोट्या गोष्टीपेक्षा प्रमाणापेक्षा जास्त मोठ्या आकाराचे उद्दीपक आपले लक्ष वेद्युन घेतात .

उदा - लढान गाडीच्या कुळजेल मोठ्या गाडीकडे चटकल लक्ष वेधले जाते. शाईघा ठिपका व हाग यांघ्यामध्ये हाग आपले लक्ष वेद्युन घेता. जाहीरालदार याघ घटकाघा फायदा घेतात. कळक जाहीराली , पलमानपत्रे , यांमध्ये येताच्या छोट्या जाहीरालीपेक्षामोठी जाहीराल वाचकांचे लक्ष वेद्युन घेतात प्रभावी ठरते.

iv) विरोध (विरोधी गुणधर्माचे उद्दीपक) -

सर्वे संवेदनांघ्या वावतील जर उद्दीपक त्याघ्या पार्श्व-भुमीपेक्षा विरोधाने एकुण उदुन दिसत असेल , जर त्याकडे चटकल लक्ष वेधले .

Ex - पांढऱ्या कपड्यावर कशाघाठी अगदी छोट्यासा हाग पडला तर ती त्या पार्श्वभुमीवर चटकल उदुन दिसता .

दांपत्य (नवविवाहित जोडपे) यांघ्यामधील पत्नी खुपउंच असेल व पत्नी त्याघ्यामानाने उंचीघा खुप लढान असेल तरीसुद्धा

વિશેષામુલે તે કાંપત્ય ફલસંહ્યા લુલ્લેલ અધિક પ્રમાણાલ
લક્ષ વેદ્યુન હોલે.

વેશામુલા , કેશામુલા ૩.

v] ઉદ્દેહીપકાઈી ર્થિલી -

જાહીરાલીષ્યા ઉદ્દાહરણાવાલ ઠાઠી ઘટક મહલાઘા
કરતી . પુલ્લપત્તામહ્યે (વર્તમાન પત્તામહ્યે) જાહીરાલીષિ સ્થામ
મ્હગલે લી મુઠ્યપૂઠાવર આઠિ કી મહ્યે આઠિ . ઠાલ્યા
પાનાવર આઠિ કી ઠલલ્યા પાનાવર આઠિ . પાનાઘ્યા વરઘ્યા
માગાલ આઠિ કી ઠાલઘ્યા માગાલ યાઘાઠી પરિઠામ અવ-
ઘાનાવર હોલ અસલી .

vi] ઉદ્દેહીપકાઈી ગલીશીલલા -

રઘીર ઉદ્દેહીપકાવેલ્યા ગલીમાલ ઉદ્દેહીપક અવઘાન
ઠેઘુન ઘેઠ્યાલ વરશ્વી ઠરલાલ . દિલ્યાંઘી ઠુલલી વિદ્યુલ
રીષઠાઠિ (ગઠાપલી , દસરા , દિવાલી) વરઘ્યાલે ઘાલ્લ જાગાઘા
વ્યક્લીમહ્યે (અઘાદી પલ્લ જાગારી વ્યક્લી ફલસંહ્યા લુલ્લ-
લાઘા વિષય વનલે લી યાઘ કારઠાંમુલે . .

vii] ઉદ્દેહીપકાલીલ ઠાલ્લઘાલ આઠિ ઉદ્દલ -

ઠાલ્લઘાલ ઠા ઉદ્દેહીપકામહ્યે ઠીઠારા લાક પ્રકારઘા
ઉદ્દલ આઠિ . સાલઘ્યાલે ઠીલ્લયાસમીર રાઠઠારાઘા ઉદ્દેહીપકાર્ઘ
અવય હોલે . ઠ વ્યાકઠે કલ્લ જાઠિનાસે હોલે . (અઘાદ્યા વઘ્યા
ઘ્યા માઘઠાલ સ્પશંઘા ઘઠઠલાર નસેલ ઠ લીલઠે રઠાલપઠિ
વાઠવ અસેલ નર વ્યાઘા અવઘાનાવર વિપરિલ પરિઠામ હોલે .

ઉદ્દલ -

વિદ્યાઘ્યાની (અઘાદ્યા વિષય શિકવિઠાઘ્યા નેઠમી-
ઘ્યા શિક્ષકાંધેવલી નવીન શિક્ષક શિકવાઘલા ઘેઠે ઘારસઘે

बदल अवधानावर परिणाम करतात.

viii] उद्दीपकाची पुनरावृत्ती -

आपल्या सोपती असणाऱ्या अनेक उद्दीपकांपैकी एखाद्या विशिष्ट उद्दीपकाकडे लक्ष जाण्यासाठी हे एक कारण दिसते. रेल्वे स्थानकावर गाड्यावावटण्या सुचना सादरल्या दिव्या जातात. जाहीर वारंवार केली जाते. ती अवधान वेद्युन घेण्यासाठी

हीच पुनरावृत्ती टाका माथ दिपलीकडे गेल्यास अवधान देण्या टोपती दुर्लक्ष करण्याचा प्रयत्न सुरु होतो. अभ्यास करण्याची सुचना आइली वारंवार केली तर मुले दुर्लक्ष करू लागतात. ते यामुळे कारण अशी पुनरावृत्ती कंगळा आणते.

xi] उद्दीपकाची व्युत्पत्ती / प्रमाणबद्धता -

जे उद्दीपक प्रमाणाशीर असतात / व्युत्पत्ती पूर्वक मांडलेले असतात ते अवधान आकर्षित करू शकतात. प्रदर्शित मांडलेले वस्तु लोकांना लक्ष देण्यास, खरेदी करण्यास सांगू पडतात ते आकर्षणांमुळे कारण प्रमाणबद्धता घटकांची सौंदर्य वाढवतात.

xii] उद्दीपकाची नवीनता -

नवीनपुर्ण उद्दीपक व्युत्पत्तीचे लक्ष घडकन आपल्या कडे वळवतात. नवीन शोचारी, नव्या प्रकारची कपड्यांची फॅशन घिन्नपटालील एखादा नवीन घेइरा, वेगळ्या स्वादाचा पदार्थ, निरा-लयाघ आकाशलील मीठार या गोष्टी लोकांच्या घर्ष्या विषय बनतात

अवधानाची आंतरिक / व्याक्तीनिष्ठ घटक -

यातील घटक ही व्युत्पत्तीशी संबंधीत असतात. म्हणजे व्युत्पत्तीमधील विविध प्रेरणांशी ते निगडीत असतात. खरेतर बाह्य घटकांवर या आंतरिक / व्युत्पत्तीनिष्ठ घटकांचा प्रभाव असतो

Ex - ज्या व्यक्तीला लोकरीची गरज आहे तीच व्यक्ती
वर्तमान पध्दतीत लोकरीविषयक जाहीरतीकडे लक्ष देईल
कबड्डी - हा खेळ आवडता त्या व्यक्तीच आता सुरु अस-
लेल्या १५० कबड्डी पाठलात.

अशा प्रकारे काही महत्वाचे व्याक्तीनिष्ठ घटक
फुटीलप्रमाणी -

१ प्रेरणा -

अवधान केंद्रीत करत असताना व्यक्तीमध्ये जावून
स्वरूपाल प्रेरणा मीठ्या प्रमाणात सहभागी झालेल्या आढळ-
तात. लक्षण, शुभ झीव यासारख्या शारीरिक प्रेरणेवरील
कुतूहल, इतरांमध्ये उठून दिसणे, मनीरंजन या मानसिक
प्रेरणाही अवधान प्रक्रियेवर परिणाम करतात. त्या ज्या गोष्टी
प्रेरणांची समाधान करतात, त्यांच्यावर व्यक्तीची लक्ष
केंद्रीत होते.

Ex - फडकडुन शुभ लागल्यावर दाखाद्वारा टपरीलीक वडा-
पाव सुद्धा व्यक्तीला आकर्षित करून घेते.

इतरांची लक्ष आपल्याकडे जाणे यासाठी काही व्यक्ती
सिनेमालील हिरी - हिरोईन प्रमाणी वागण्याचा प्रयत्न करतात
प्रेरणांची समाधान झाल्यावर त्यांचा प्रभावही कमी
कमी होत जातो जसे खुप लक्षण लागल्यानंतर व्यक्ती
पाठी विले पण लक्षण शसकी की पाठ्याकडे वळव करते.

२ अक्षिरुधी -

ज्या गोष्टी आवडीच्या असतात. त्यांच्याकडे व्य-
क्तीची लक्ष अगदी सहजपणे जाते. त्यानुसार सजीवताल
परिस्थितीत घडणांकडे अवधान दिले जाते. वस्त्याने जात
असताना लक्षण सुकांची लक्ष खाऊंच्या व खेळण्याच्या
दुकानाकडे असते. तर आईची लक्षण साड्यांवर खिललेली

असते. या विधांची लक्ष तिकडे जाऊन ये यावर पडील लक्ष देऊन
असतात.

विमुक्तये -

संस्कृती प्रभावी या अनुभववाचुन प्रत्येक व्यक्तीच्या मनात
चांगली व वाईट यावद्दलच्या कल्पना तयार झालेल्या असतात.
त्याच्या नुसार कोणत्या गोष्टीकडे लक्ष द्यायचे व कोणत्या गोष्टी
कडे दुर्लक्ष करायचे याबाबतचा निर्णय आपोआप घेतला जातो.
म्हणूनच जीवनाच्या व्यक्तीच्या पाठाकडे पाहण्याचे ठरले जाते.
आणि मुद्दराम वेल काढून देवळात जाऊन देवाला नमस्कार
केला जातो.

५) मानसिक व्यास (मनीन्यास)

विशिष्ट क्षणी व्यक्तीचा कळ त्या गोष्टीकडे असतो.
त्याकडे व्यक्ती आपले लक्ष केंद्रीत करत असते. जे काम टाकी
घेतलेले आहे. त्या कामाचा पुरव गोष्टीकडे लक्ष पुरविले जाते.
आणि इतर घडणांकडे दुर्लक्ष केले जाते.

Ex - शिकविण्याचे काम करत असताना शिष्यक आपला
मुद्दहा मुलांना कसा समजेल या विद्याशाले तळकीन डोकन
शिकविलाल आणि अशावेळी शेजारच्या पठानुन येणाऱ्या
आवाजाकडे पुढे त्यांची दुर्लक्ष झालेले असते.

६) सवय -

प्रत्येक व्यक्तीला कशाची ना कशाची सवय लागलेली
असते. वयास सवयी या व्यक्तीच्या संगी सुरळीक्या असतात.
त्यामुन काही घडणांकडे अवधान देण्याची आणि काहींकडे
अवधान न देण्याची सवय लागते.

Ex - शाळीला रोज भाड्याला घेतून येणारा मित्र-मैत्रीण नसले तर शाळीला जाण्यामध्ये कुठितरी असण्याचा यत्न घ्यावा. सारखे वाहते. वर्तमानपत्र.

अवधानाची वैशिष्ट्ये -

१) अवधान विस्तार -

एकाच वेळी अनेक उद्दीपके आपल्या मीथली असतात. सारख्याच क्षमतेने आपण सर्व उद्दीपकाकडे लक्ष देऊ शकत नाही. त्यामुळे एका हाडिद्विपाल आपण जितक्या उद्दीपकाकडे लक्ष देऊ शकतो ती म्हणजे अवधान विस्तार होय.

२) अवधान विभाजन -

एकाच वेळी दोन किंवा अधिक गोष्टींकडे लक्ष पुरवणे म्हणजे अवधान विभाजन होय. अज्ञावेळी आपल्या स्मृतीकक्षेत एक किंवा दोन घटक असतात. उदा - धरम स्वयंपाक करणारी स्त्री स्वयंपाकही करत असते. आणि दुसरी कामे करत असते. म्हणजे एकाच वेळी सलग दोन कार्ये चालू असतात.

३) अवधान केंद्रन -

अवधान ही एक धंदळ प्रक्रिया आहे. एकाच उद्दीपकावर लक्षणी घेता येत वेळ लक्ष केंद्रित राहू शकत नाही.

उदा - एखादे चित्र पाहिले असताना चित्राच्या एका भागावरून दुसऱ्या भागावर लक्षणी घेऊ नये म्हणजे ते फळतही नाही. म्हणजे एका उद्दीपकावरून दुसऱ्या उद्दीपकावर लक्ष केंद्रित होणे म्हणजे अवधान केंद्रन होय.

४) अवधान विकर्षण -

अवधान क्वचित अवधान केंद्रित करत असताना अवधान नाल येणारी बाधा म्हणजे अवधान विकर्षण होय. म्हणजे एखाद्या

ग्रीडचीचा मनात काळजीपूर्वक विचार घालु असताना अचानक दुसरा विषय जाणविण्या केंद्रस्थानी येतो. उदा - परिक्षेच्या दिवसात अक्यास करत असताना अचानक क्विकेचचे घिन गुलांच्या डोक्या समीर येते. याकाच अवधान विफळीत असे म्हणतात.

दक्षता आणि नियंत्रण -

१) प्रयोगाचा सुरुवात करण्याआधी कोणतेही काडिस प्रयुक्ताका विसणार नाही याची काळजी घेतली.

२) लघुकाळदर्शक यंत्राची खिडकी प्रयुक्त लवळीच्या डोक्याच्या समपातळीत येईल अशी व्यवस्था केली.

३) प्रत्येक काडि दाखविण्याच्या आधी सावधानतेचा इशारा दिला जाईल.

४) उद्दीपक सादर करण्याचा काळावधी समान राहिल.

५) प्रत्येक काडि प्रयुक्तास फक्त $\frac{1}{10}$ सेकंद इतक्याच काळावधीसाठी दाखविले जाईल.

६) प्रयुक्ताने दिलेल्या प्रतिक्रियांची नोंद घेतली जाईल व यानंतर फुडिले सुचना सांगितल्या जातील.

प्रायोगिक आराखडा -

३ ते १० ठिपके असलेले विविध काडिस विस्कळीत पद्धतीने प्रयुक्तास दाखविले जाईल. प्रत्येक काडि प्रयुक्तास दाखविण्याचा काळावधी $\frac{1}{10}$ सेकंद (१०० मिली सेकंद) इतका राहिल. उपकरणाची सांडिली प्रयुक्तास दिली जाईल. अशा प्रकारे प्रयोगाची व प्रयुक्ताची तयारी झाल्यानंतर प्रयोगास सुरुवात केली जाईल.

प्रत्यक्ष कृती -

या प्रयोगाच्या आधारे प्रत्युक्ताच्या अवधान कक्षीची मापन करावयाची आहे. त्यासाठी विशिष्ट त्रिपके असलेल्या काडिसचा उपयोग केला. लघुकालदर्शक यंत्राच्या साहाय्याने प्रत्येक काडिस प्रत्युक्तास पाच वेळा दाखविले. प्रत्येक काडिसी दशकिक कालावधी $\frac{1}{10}$ सेकंद (100 न सेकंद) इतका ठेवला.

सुचना -

कुमच्या समीरीत उपकरणास लघुकालदर्शक यंत्र असे म्हणतात. ही उपकरणाची खिडकी आहे. या खिडकीवरून पडदा विशिष्ट कालावधीसाठी सरकवला जाईल. यावेळी उपकरणासमर्थी प्रकाश दिसील. आणि कुमचा पिवळ्या काडिविर काही काळ त्रिपके दिसलीत तर ते काडि कुमची वधुन त्यावरील त्रिपक्यांची संख्या अचुकपणे सांगायचा आहे. प्रत्येक काडिही विशिष्ट कालासाठी दाखविले जाईल. त्रिपकलीत पडद्याने कुमच्या समीर अनेक काडि सादर केली जातील. प्रत्येक वेळी कुमची ते काडि वधुन त्यावरील त्रिपक्यांची संख्या मला सांगायचा आहे. अशा प्रकारे कुमचे काही प्रयत्न घेतले जातील. प्रत्युक्ताला सुचना समजतल्याची खात्री करून घेण्यासाठी प्रत्यक्ष प्रयोगाकाला बसूकवात केली.

मिस्डिठा तक्ता - अक्छान कक्षा

| अ.क. | ठिपक्यांची संख्या | प्रयत्न | | | | | बरोबर प्रतिक्रिया | शेकडेवारी |
|------|-------------------|---------|---|---|---|---|-------------------|-----------|
| | | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | | |
| 01 | 3 | | | | | | | |
| 02 | 4 | | | | | | | |
| 03 | 5 | | | | | | | |
| 04 | 6 | | | | | | | |
| 05 | 7 | | | | | | | |
| 06 | 8 | | | | | | | |
| 07 | 9 | | | | | | | |
| 08 | 10 | | | | | | | |