Al-Ameen Memorial Minority College

(Established under Article 30 of the Constitution of India as a Muslim Minority Govt. Aided General Degree College, Affiliated to the University of Calcutta and included Under Section 2(f) and 12B of the UGC Act, 1956.)

Jogibattala, P.O.- Dakshin Gobindapur, P.S.- Baruipur, Dist.-South 24 Parganas, Pin-700145
Phone No.: 033 2437 0111, Email: alameenmemorial@gmail.com, Website: alameenmemorial.org

Ref. No.: Date:

To Whom It May Concern

This is to certify that Mr./Ms. Rohit Laskar, *of B.A.* General *Semester (*2nd*), Department of Education, Student ID.* 22G158, *Registration No.* 536-1115-0308-22, *C.U. Roll No.* 222536-22-0075, *of Al-Ameen Memorial Minority College under the University of Calcutta has completed a Project of 6 months duration with the title* "CAUSES OF FORGETTING" *and successfully completed it under my supervision.*

Date: 06/06/23
Place: Baruipur

Project Supervisor
Department of Education
Al-Ameen Memorial Minority College
Jogibattala, Baruipur, Kolkata- 700145

ESTD. 2001 Baruipur Kol.-145 Jogibattala

AL-AMEEN MEMORIAL MINORITY COLLEGE

14

UNIVERSITY OF CALCUTTA

B.A 2nd SEMESTER

NAME : Rohit Laskar

SUBJECT: Education

PAPER : CC -2

TOPIC : Causes of Forgetting

CU ROLL NO : 222536-22-0075

CU REG NO : 536-1115-0308-22

COLLEGE ROLL NO : 158

COLLEGE ID :22G158

SESSION : 2022-2023

SL NO.	Contents	Page NO.
1.	বিষয়	01
2.	ভূমিকা	02
3.	বিস্মৃতির কারণগুলি	02-07
4.	স্মরণের উন্নতি	08
5.	উপসংহার	09
6.	গ্রন্থপুঞ্জি	10

ভূমিকা

বিস্মৃতির কারণ (Causes of forgeting) :—

স্মৃতির প্রক্রিয়ার একটি বিপরীত প্রক্রিয়া হল বিস্মৃতি বা বিস্মরন। অর্থাৎ পূর্ব অভিজ্ঞতাকে যথাযথভাবে পুনরুৎপাদন করার ক্ষমতা গুরত্বপূর্ন বিষয়গুলি ভুলে যায়, এই ভুলে যাওয়া বিস্মরণ এর পেছনে নানান কারণ বর্তমান তা নিয়ে আলোচনা করা হল—

১. মনোযোগের অভাব :—

মনোযোগের অভাবের ফলে আমাদের বিস্মৃতি ঘটে। কারণ কোন কিছু বিষয় বা ঘটনা যদি আমরা মনোযোগ সহকারে না শিখি বা দেখি বা প্রত্যক্ষন করি তাহলে তাকে ভুলে যাই।

২. অনুরাগের অভাব :—

মনোযোগের প্রধান অভ্যন্তরীন শর্ত হল অনুরাগ বা আগ্রহ। তার কোন কিছু আগ্রহের সহিত না শিখি বা দেখি তাহলে তা অল্প সময় পরেই আমাদের মস্তিষ্ক থেকে বিলুপ্ত হয়ে যায়।

৩. বস্তুগত কারন :—

বস্তুগত কারনেও আমরা অনেক কিছুই শেখা বিষয় ভুলে যাই। যেমন— কোনো বিষয় শেখার সময় প্রয়োজন অনুসারে পদ্য ও গদ্যের ক্ষেত্রে ছন্দ প্রয়োগে না শিখলে তা সহজে ভুলে যাই।

৪. অনাদমন :—

কোন একটা বিষয় শেখার পরেই অন্য একটা শিখলে একে অপরের ক্ষেত্রে প্রতিরোধ সৃষ্টি করে থাকে। ইহা দুই প্রকার, যথা— (ক) অগ্রজ প্রতিরোধ (আগে শেখা বিষয়টি যখন পরেই শিখলে বাধার সৃষ্টি করে।) (খ) পশ্চাদ প্রতিরোধ (পরে শেখা বিষয়টি যখন পূর্বে বিষয়টি স্মরনে বাধার সৃষ্টি করে)। এই দুইটি বিস্মৃতি বা ঘটাতে সাহায্য করে।

৫. শিক্ষাগত কারন :—
কোনো বিষয় শেখার সময় যদি আমরা সেটাতে ভালোভাবে না শিখি বা অসম্পূর্নভাবে শিখি তবে তা বেশিদিন মনে থাকে না এবং আমাদের বিস্মৃতি ঘটে।

৬. চর্চা বা অনুশীলনের অভাব :—
চর্চা বা অনুশীলন এর অভাব ও বিস্মৃতির একটি প্রধান কারণ। অর্থাৎ কোনো কিছু আমরা শেখার পর তা যদি আমরা পরবর্তীকাল চর্চা না করি তাহলে সেটা ভুলে যাই।

৭. ফ্রয়েডয় অবদমন :—
ফ্রয়েড মনে করেন আমরা ভুলতে চাই বলেই ভুলে যাই। অর্থাৎ আমরা যা কিছু আশা করি বা আকাঙ্খা করি তার সবই পরিতৃপ্ত হয় না, ফলে সেগুলি অবচেতন মনে জমা হয়। ইহার পরিমান ধীরে ধীরে বৃদ্ধি পেলে তা অন্যান্য বিষয় স্মরনে বাধার সৃষ্টি করে থাকে এবং সেগুলিকে আমরা ভুলে যাই।

৮. আবেগজনিত/প্রক্ষোভজনিত কারন :—
রাগ, ভয়, ঘৃণা, হীনমন্যতার বোধ প্রভৃতি ক্ষতিকর প্রক্ষোভগুলি আমাদের স্মরনে বা স্মৃতির বাধার সৃষ্টি করে। অর্থাৎ এই সমস্ত প্রক্ষোভিক অবস্থাগুলি আমাদের শেখাবিষয়গুলি ভুলিয়ে দেয়।

৯. পরিবেশগত আচরন :—
আমাদের চেনা পরিবেশে শেখা কোনো একটা বিষয় অপরিচিত পরিবেশে স্মরন করতে গেলে তা প্রায় ভুলে যাই তাই পরিবেশগত আচরন বিস্মরনের একটা প্রধান কারন।

১০. পরীক্ষা ভীতি :—
পরীক্ষা সম্পর্কে আমরা প্রত্যেকের মধ্যে এক ভীতি রয়েছে। বিশেষ করে পরীক্ষা সম্পর্কে আমরা সঠিকভাবে প্রস্তুত না হয়ে তার ভীতি আমাদের অন্যান্য বিষয়গুলিতে ভুলিয়ে দেয়।

১১. বাচনিক অনুষঙ্গঃ— ওয়াটসনের মতে আলোচনা না করে মনে রাখতে চেষ্টা করলে ভুলে যাওয়ার সম্ভাবনা বেশি থাকে। তাই স্বাভাবিকভাবে শ্রেণী কক্ষে শিক্ষক মহাশয় যতবেশি আলোচনা করে বিভিন্ন উদাহরনের সম্পর্কে শিক্ষা দেন।

১২. আঘাত জনিত কারণ :— স্মরণ বা স্মৃতি প্রক্রিয়াটি সম্পূর্নভাবে আমাদের মস্তিষ্কের কেন্দ্রীয় স্নায়ুতন্ত্রের উপর নির্ভরশীল। ফলে কোন কারনে আমাদের মস্তিষ্কের কেন্দ্রীয়ের স্নায়ুতন্ত্রে আঘাত লাগলে আমরা অনেক কিছুই ভুলে যাই। এমনকি প্রচুর আঘাতে মানুষ পাগলও হয়ে যায়।

১৩. আয়াসলব্ধ অভিজ্ঞতা থেকে অনায়াসলব্ধ অভিজ্ঞতা :— যা আমরা পাই সেই স্মৃতি আমাদের অনেকদিন মনে থাকে, অন্যদিকে যে ঘটনা বা ব্যক্তি বা পারিস্থিতি আমাদের কিছু দিতে পারেনি তা ভুলে যাওয়াব সম্ভাবনাও বেশি থাকে।

১৪. অসময় :— অসময় বিস্মৃতির একটি অন্যতম কারণ, অর্থাৎ দুটি বিষয় শেখার থাকে যদি বিরতি না দিই তাহলে আমাদের স্মরণের ক্ষেত্রে একে অপরকে বাধার সৃষ্টি করে। ফলে আমাদের বিস্মৃতি ঘটে থাকে।

১৫. দৈনন্দিন অনেক কাজের প্রভাবঃ— মনোবিজ্ঞানী আলেকজান্ডার বহু পরীক্ষন থেকে এই সিদ্ধান্তে উপনীত হন যে আমরা প্রায়ই দৈনন্দিন জীবনের নানান কাজের মধ্যে নিমগ্ন থাকে। আর এই কাজের চাপ অতিরিক্ত মাত্রায় বৃদ্ধি পেলে তা অনেক প্রয়োজনীয় বিষয় ভুলিয়ে দেয়।

উপসংহার :—

অন্যমনস্কতা, মানসিক অবসন্নতা, অত্যাধিক আত্মবিশ্বাস, প্রেষনা শক্তির অভাব, বাচনিক অনুষঙ্গের অভাব, অতিবাহিত সময়, মানসিক রোগ, বিষক্রিয়া, মস্তিষ্কে রক্তক্ষরন, মস্তিষ্কে অ্যামাইনো অ্যাসিডের অস্বাভাবিক ক্রিয়া ইত্যাদির জন্য আমাদের পক্ষে স্মরন রাখা কষ্টকর হয়, প্রসঙ্গত বলা দরকার যে, কোনও একটি বিশেষকারণ এককভাবে বিস্মরণের কাজে ব্যাঘাত ঘটাতে পারে না কিছু সংখ্যক কারনের সম্মিলিত ক্রিয়ার জন্যই আমাদের মধ্যে বিস্মরন ঘটে।