

அலகு -2 கவனித்தல் புலன்காட்சி மற்றும் நினைவு

கவனம்:

ஒரு பொருளை தெளிவாக அறியச்செய்யப்படும் முயற்சியே கவனம் ஆகும்.

நமது நனவுப்பரப்பிலுள்ள பல்வேறு தூண்டல்களில் ஒரு குறிப்பிட்ட சமயத்தில் நமது தேவையுடன் இணைந்த ஒன்றினைத் தேர்ந்தெடுத்து புலன்காட்சி செயலுக்கு ஆட்படுத்துவதையே கவனித்தல் என்கிறோம்.

கவனம் புலன்காட்சிக்கு அடிப்படை

கவனம் வரையறை:

கவனம் என்பது ஒரு பொருளைப் பற்றிய தெளிவான கருத்துக்களை அடையும் முறையை மனத்தின் முன் வைப்பது ஆகும் - ராஸ்

கவனம் என்பது மன சக்தியை குறிப்பது அல்ல. இது மனப்பான்மையைக் குறிப்பது - வாலென்டைன்

கவனத்தின் தன்மை:

கவனம் என்பது மனச்செயல்பாட்டின் ஒரு வடிவம்.

கவனம் என்பது தேர்ந்தெடுக்கப்பட்ட செயல்

கவனம் என்பது அறிதிறன் உணர்வு மற்றும் கருத்தியல்

கவனம் என்பது ஊக்கம் அளிக்கும் செயல்

கவனம் என்பது குறுகிய வரம்பைக் கொண்டது

கவனம் என்பது ஒரு உணர்வுநிலை

கவனம் என்பது தூண்டுதலின் தெளிவை அதிகரிக்கிறது

கவனம் என்பது நோக்கம் கொண்டது

புதிய செயலால் கவனம் ஈர்க்கப்படுகிறது.

கவனத்தின் வகைகள்:

விருப்பமுள்ள கவனம்:

இது நம்முடைய விருப்பத்தின் நினைவு முயற்சியை உள்ளடக்கியது. இது எப்பொழுதும் மனமுயற்சியை உள்ளடக்கியது. ஒரு குழந்தையானது கடினமான பகுதியை மனத்திறனோடு புரிந்துகொள்ள முயற்சி செய்தால் அவனுடைய கவனமானது முயற்சிசார் கவனமாகும்.

உதாரணமாக தேர்வு அறையில் மாணவரின் கவனமானது வினாத்தாளில் மட்டுமே இருக்கும். மேற்பார்வையாளரின் நடவடிக்கை போன்ற இடையூறுகளிலிருந்து அவனுடைய மனமானது விலகி இருக்கும்.

விருப்பமற்ற கவனம்:

இது தானாகவே இருக்கக்கூடியது. தனியொருவரின் முயற்சி தேவைப்படாது. நம்முடைய கவனத்தை ஒரு பொருள் தானாகவே ஈர்க்கும்.

உதாரணமாக நாம் புத்தகம் வாசித்துக் கொண்டிருக்கும் போது பக்கத்து வீட்டில் பாட்டு ஒலித்தால் நம்முடைய கவனம் இசையின் பக்கம் தானாகவே செல்லும். மேலும் அழும் குழந்தையின் குரலைக் கேட்டு ஓடி வரும் தாய் இதற்கு உதாரணமாகக் கூறலாம்.

கவனத்தை தீர்மானிக்கும் காரணிகள்:

1. அகக்காரணி
2. புறக்காரணி

அகக்காரணிகள்:

1. விருப்பார்வம்

2. தேவை
3. ஆயத்தநிலை
4. மனநிலை
5. உடல்நிலை

புறக்காரணிகள்:

1. உருவஅளவு
2. அடர்த்தி அல்லது செறிவு
3. மாற்றம்
4. வேறுபாடு
5. புதுமை
6. இயக்கம் அல்லது அசைவு
7. திரும்பத்திரும்ப தோன்றல்
8. முழுமை பெற்ற உருவம்

புறக்காரணிகள்:

உருவஅளவு:

உருவில் பெரிய அளவு உள்ள பொருட்கள் மற்றவற்றை விட பளிச்சென நம் கவனத்தை கவருகின்றன.

இதன் காரணமாகவே பலரும் சாலையோரங்களில் பெரிய பெரிய விளம்பர பலகைகள் அரசியல் தலைவர்களின் உருவ தட்டிகள் ஆகியவற்றை வைத்து மற்றவர்களின் கவனத்தை எளிதில் கவருகின்றனர்.

வகுப்பறை கற்பித்தலின் போது மாணவர்களின் கவனத்தை எளிதில் கவரும் வகையில் பெரிய அளவிலான படங்கள் உருவங்களை ஆசிரியர் பயன்படுத்தினால் மாணவர்களின் கவனத்தை எளிதில் கவர முடியும்.

கரும்பலகையில் எழுதும் போதும் பெரிய பெரிய எழுத்துக்களில் எழுத வேண்டும்.

அடர்த்தி அல்லது செறிவு

பொருட்களின் பண்பு அல்லது தன்மையைப் பொறுத்து அளவில் அப்பண்பின் செறிவு அமைகிறது.

செறிவுமிக்க பண்புடைய பொருள் நம் கவனத்தை வெகு எளிதில் ஈர்க்கும்.

பெருந்த ஓசை செறிவுமிக்க வண்ணங்கள் தீவிரமான மணம் போன்றவை நம் கவனத்தை ஈர்ப்பதில் வெற்றி பெறுகின்றன.

மாற்றம்:

வெளிஉலகில் அடுத்துவரும் துண்டல்களில் ஏற்படும் உடனடி மாற்றம் நம் கவனத்தை ஈர்க்கிறது.

அறையில் சுற்றிக்கொண்டிருக்கும் மின்விசிறியைக் கவனிக்காத நாம் திடீரென மின்விசிறியின் இயக்கம் நின்றுபோனால் உடனே மின்விசிறியின் பால் நம் கவனம் செல்கிறது

அதுபோல நமக்கு மிகவும் பழக்கமான சூழ்நிலையில் ஏதேனும் மாற்றம் ஏற்பட்டால் அது நம் கவனத்தை மிக எளிதில் ஈர்க்கிறது.

ஆசிரியர் தன் குரலில் தகுந்த ஏற்றத்தாழ்வுகள் கொண்டு பேசினால் மாணவர்களின் கவனத்தை தன்பால் ஈர்க்க முடியும்.

வேறுபாடு:

ஒரே இயல்பான துண்டலுக்கு இடையே ஒரு வேறுபட்ட தூண்டல் இருக்குமாயின் அது நம் கவனத்தை ஈர்க்கும்.

ஒருவர் அணிந்திருக்கும் வெள்ளை சட்டையில் கருப்பு மை சிறிது பட்டாலும் அது நன்கு புலப்படும்.

தார்போட்டின் மையத்தில் அமைந்திருக்கும் கோடு மஞ்சள் வண்ணத்தில் இருப்பதற்கும் ஆண்கள் கலர் பேண்ட் அணிந்து வெள்ளை சட்டை அணிவதற்கும் கரும்பலகையில் வெள்ளை சுண்ணக்கட்டியால் எழுதுவதற்கும் வேறுபாடு மூலம் கவனத்தை ஈர்ப்பது அவசியம்.

புதுமை:

சுற்றுச் சூழலில் ஏதேனும் புதுமையாக தென்பட்டால் அது நம் கவனத்தை வெகுளளிதில் ஈர்க்கும்.

ஒரு பொருளை புதுமையாக தோன்றச்செய்தால் அது எல்லோருடைய கவனத்தையும் கவரும்.

ஆசிரியர் தனது வகுப்பறைக் கற்பித்தலில் புத்தகங்களில் கொடுக்கப்பட்டிருக்கும் எடுத்துக்காட்டுகளைப் பயன்படுத்துவதை விட நடைமுறை வாழ்க்கையில் தான் பார்த்த கேட்ட விசயங்களை பொருத்தமாக தொடர்புபடுத்தி சுவைபட விளக்கினால் மாணவர்களின் கவனம் வகுப்பறையை விட்டு அகலாது.

அசைவு:

அசைந்து கொண்டிருக்கும் தூண்டல் எளிதில் மாணவர்களின் கவனத்தை ஈர்க்கும்.

அழும் குழந்தையின் கவனத்தை திசை திருப்ப தாய் அசையும் பொருட்களான பறக்கும் காக்கை நகர்ந்து செல்லும் வாகனங்கள் நிலா ஆகியவற்றை சுட்டிக்காட்டுவார்.

வகுப்பறையில் ஆசிரியர் அங்கும் இங்கும் நகர்ந்து சைகைகளைப் பயன்படுத்தியும் கற்பித்தலின் போது மாணவர்களின் கவனத்தை தன்பால் நிலைப்படுத்த முடியும்.

திரும்பத் திரும்பத் தோன்றல்

திரும்பத்திரும்ப நமது புலன் உறுப்பினைத் தூண்டும் துண்டல் செறிவு குறைவானதாக இருந்தாலும் நமது கவனத்தைக் கவர்கிறது.

தொலைக்காட்சி வானொலி போன்றவற்றில் வணிக விளம்பரங்கள் பலமுறை திரும்பத் திரும்ப தோன்றுமாறு அமைத்திடுவதற்கு இதுவே காரணம்.

வகுப்பறையில் மாணவர்களின் கவனத்தை ஈர்க்க வேண்டுமெனில் ஆசிரியர் முக்கியமான கருத்துக்களை திரும்பத்திரும்ப கூற வேண்டும்.

முழுமை பெற்ற உருவம்:

அரைகுறையாக விடுபட்டு இருப்பவைகளைவிட முழுமையடைந்த காட்சிக்கோலங்கள் நம் கவனத்தை ஈர்த்து மனிதில் நிலைத்து நிற்பவை.

அகக்காரணிகள்:

விருப்பார்வம்:

ஒரு பொருளின் மீது அல்லது நிகழ்ச்சியின் மீது கவனம் செலுத்த விரும்பினால் அதன்மீது அவனுக்கு தனிப்பட்ட ஆர்வம் இருக்க வேண்டும். ஆர்வம் இல்லையேல் கவனம் செலுத்தமாட்டான்.

ஊதாரணமாக வயலின் வித்வான் கடைத்தெருவில் செல்லும் போது வயலின் விற்கும் கடை அவரது கவனத்தை ஈர்க்கிறது.

தேவை:

கவனத்தை நிர்ணயிக்கும் மற்றொரு அகக்காரணி ஒருவனுடைய தேவை ஆகும் . உதாரணமாக குறிப்பிட்ட பேருந்திற்காக பேருந்து நிலையத்தில் காத்திருக்கும் ஒருவருக்கு அந்த எண் கொண்ட பேருந்தை பார்ப்பதிலேயே கவனம் இருக்கும்.

பசியோடு இருக்கும் ஒருவன் கடைத்தெருக்கம் சென்றால் உணவு விடுதியின் பெயர் பலகை சிறியதாக இருந்தாலும் அவன் கவனத்தில் பளிச்சிடுகிறது.

ஆயத்தநிலை:

ஒருவனுடைய ஆயத்தநிலை அவனுடைய கவனத்தை நிர்ணயிக்கும் மற்றொரு அகக்காரணியாகும்.

ஆயத்தநிலை என்பது ஒரு குறிப்பிட்ட புலன்உணர்வுத்தூண்டலுக்குத் தக்க எதிர்வினை புரிவதற்கு உரிய தயார் நிலையினைக் குறிக்கிறது.

மனநிலை:

ஒருவன் ஒரு குறிப்பிட்ட பொருள் மீது கவனம் செலுத்தக் காரணமாக அமைவது அவனது தயாரான மனநிலை எனலாம்.

மிகவும் கவலையுடன் கூடிய மனநிலையில் உள்ள ஒரு மாணவன் வகுப்பில் ஒழுங்காக கவனம் செலுத்த முடியாது.

ஆசிரியர் பாடத்தை தொடங்கும் முன் அப்பாடத்திற்குத் தேவையான நல்ல மனநிலையினை உருவாக்க வேண்டும்.

உடல்நிலை:

ஒருவரது உடல்நிலையும் கவனத்தை நிர்ணயிக்கும் காரணியாகத் திகழ்கிறது.

உடல்நிலை சரியாக இருந்தால்தான் நம்மால் எந்த செயலிலும் கவனம் செலுத்த முடியும்.

உதாரணமாக தலைவலி வயிற்று வலி போன்ற உடல்நிலை பாதிக்கப்பட்ட நிலையில் ஒருவரால் எந்த ஒரு செயலிலும் கவனம் செலுத்த முடியாது.

புலன் உணர்வு:

மனிதனின் புலன் உறுப்புகள் அறிவின் வாயில்கள் என அழைக்கப்படுகின்றன.

புலன்உணர்வு என்பது புலன் ஒன்று தூண்டப்படுவதன் உடனடி பயனாகும்.

வெளியுலகப் பொருள்களினின்றும் எழும் பொருத்தமான சில சக்தியலைகளால் ஒரு புலன் தாக்கப்படுவதால் எழும் புலன் உணர்வாகும்.

புலன் உறுப்புகளின் வாயிலாக நாம் அறியும் தனிப்பட்ட பண்புகள் புலன்உணர்வுகள் ஆகும்.

புலன் காட்சி:

புலன் உறுப்புகள் வாயிலாகப் பெற்ற புலன்உணர்விற்கு நாம் ஏற்கனவே பெற்றிருக்கும் அனுபவங்களின் அடிப்படையில் பொருள் ஊட்டி தூண்டல் பொருளின் தன்மையை அறிதலை புலன்காட்சி என்கிறோம்.

புலன்காட்சி என்பது புலன் தூண்டல்களைப் புரிந்து கொள்ளும் நிலையினைக் குறிக்கும்.

புலன்காட்சி = புலன்காட்சி + பொருள் அறிதல்

புலனுணர்வால் எந்தவொரு புலனோ அல்லது புலன்களோ தாக்குறுவதால் ஒரு பொருளை அல்லது நிலைமையைப் புரிந்து கொள்வதாகும் - மேரி கோலிம் மற்றும் ஜேம்ஸ் ட்ரெவர்.

புலன்காட்சியின் பண்புகள்:

1. புலன்காட்சியானது அர்த்தமுள்ளது.
2. புலன்காட்சியானது தேர்ந்தெடுக்கப்பட்ட செயலாகும்
3. புலன்காட்சி ஒரு தொகுக்கப்பட்ட நடவடிக்கையாகும்.
4. புலன்காட்சியில் பகுத்தாராய்தலுக்கும் இடமுண்டு.
5. பகுத்தல் தொகுத்தல் இரண்டும் ஒரே நேரத்தில் உருவாகக்கூடியது.
6. நமது கடந்தகால அனுபவங்கள் புலன்காட்சியின் இயற்கைத்தன்மையை நிர்ணயிக்கின்றன.

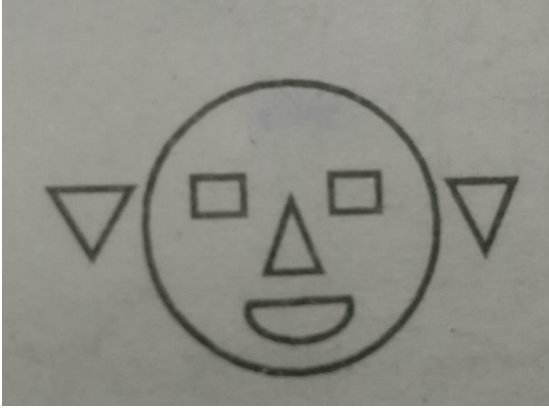
புலன்காட்சியின் விதிகள்:

1. முழுமைக்காட்சி விதி
2. அண்மை விதி
3. ஒப்புடைமை விதி
4. மூட்ட விதி
5. தொடர்ச்சி விதி

புலன்காட்சியின் விதிகள்:

முழுமைக்காட்சி விதி :

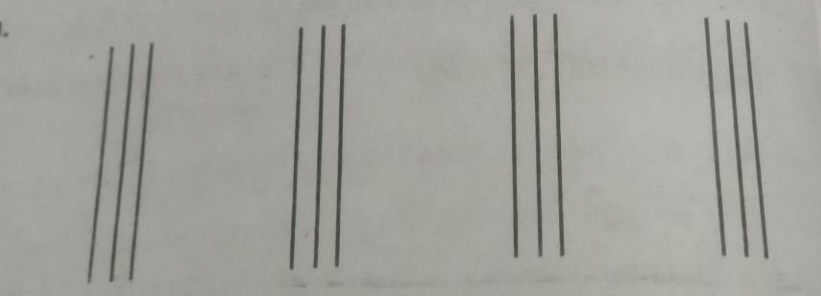
கெஸ்டாலட் கொள்கையின் படி புலன்காட்சி முழுமையும் ஒருமைப்பாடும் பெற்று விளங்குகிறது. உதாரணமாக சைக்கிளில் செல்பவரைப் பார்க்கும் போது சைக்கிள் அதன் மீது செல்பவர் என்று பிரித்துப் பார்ப்பதில்லை. மாறாக ஒரே தொகுதியாக முழுமைப்படுத்தியே பார்க்கிறோம். புலன்காட்சியில் முறைப்படுத்துதல் நிகழ்கிறது. அதே போன்று கீழ்க்கண்ட படத்தைப் பார்த்து வட்டம்



முக்கோணம் சதுரங்கள் செவ்வகம் வட்டப்பகுதி ஆகியவற்றின் தொகுப்பு என்று கூறுவதில்லை. மாறாக மனித முகம் என்றுதான் கூறுகிறோம். எனவே புலன்காட்சியில் முழுமைக் காட்சியாக உணரப்பட்டு பொருள் அறியப்படுகிறது.

அண்மை விதி

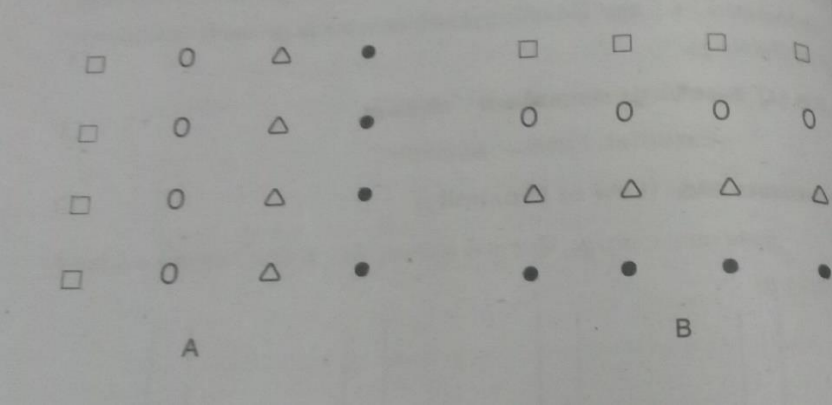
புலன்காட்சியானது பொருட்களிடையே உள்ள நெருக்கம் அல்லது அண்மையினை ஒட்டி அமைகிறது.



உதாரணமாக பலர் ஒருவருக்கொருவர் மிக நெருக்கமாக ஓரிடத்தில் அமர்திருப்பார்களேயானால் அவர்கள் அனைவரையும் ஒரு குழுவாகக் காண்கிறோம்.

ஒப்புடைமை விதி

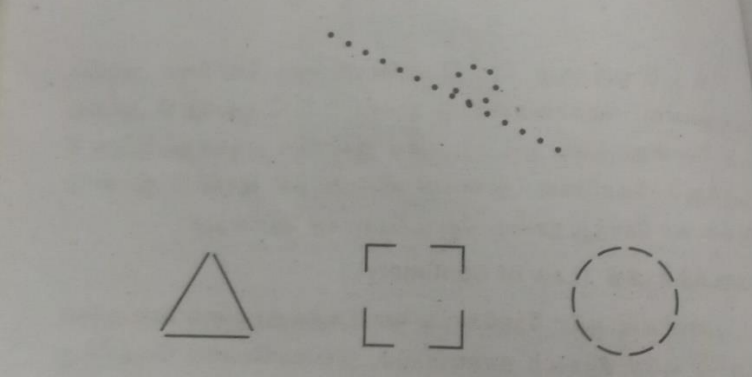
நாம் காணும் பொருட்களின் உருவஒற்றுமைக்கு ஏற்ப அவற்றை வகைப்படுத்தி அறிகிறோம்.



மேலே குறிப்பிட்ட உருவங்களின் ஒற்றுமைக்கேற்ப முக்கோணங்கள் வட்டங்கள் சதுரங்கள் என்று வகைப்படுத்தி அறியும் போது நமது புலன்காட்சி கிடைமட்டமாக அமைகிறது.

மூட்ட விதி

குறுகிய இடைவெளிகளைப் பூர்த்தி செய்து காணும் பொருட்களை முழுமைப்படுத்திக் காணும் தன்மையை மூட்ட விதி என்கிறோம்.



மேற்கண்ட படத்தில் 3 கோடுகளுக்கிடையே இடைவெளிகள் இருந்த போதிலும் நமது மனம் அதைப்பூர்த்தி செய்து முக்கோணமாகவே உணர்கிறது. இதே காரணத்தால் தான் அச்சுப்பிழை திருத்தும் போது விடுபட்ட எழுத்துக்கள் நம் கவனத்தில் இருந்து தப்பி விடுகின்றன. நமது மனம் தவறுகளையும் திருத்திப் படித்துவிடுகிறது.

தொடர்ச்சி விதி

தொடர்ச்சி என்பது ஒரு கோடானது ஒரு குறிப்பிட்ட திசையில் ஆரம்பித்து அதே திசையில் தொடரும் வகையில் நாம் காண்பதனைக் குறிக்கும்.

மேலே காட்டப்படும் படத்தில் உள்ள புள்ளிகள் நேர் கோடாகவே தென்படும். இதன் காரணமாகவே சினிமா படத்தில் உள்ள காட்சிகள் தனித்தனியாகப்படம் பிடிக்கப்பட்டு வினாடிக்கு 15 சட்டங்கள் என்ற வீதத்தில் ஒட்டப்படும் போது நமக்கு அவை தனித்தனியே தெரிவதற்குப் பதில் தொடர்ச்சியான காட்சியாகத் தோன்றுகிறது.

புலன்காட்சியில் ஏற்படும் தவறுகள்:

1. திரிபுக்காட்சி
2. இல்பொருள் காட்சி

திரிபுக்காட்சி:

ஒரு குறிப்பிட்ட தூண்டல் நமது புலன் உறுப்பினைத் தூண்டி சரியான விளக்கத்தைப் பெறும் போது அதாவது தூண்டலைச் சரியாகப் புரிந்து கொள்ளும் போது புலன்காட்சி ஏற்படுகிறது.

ஒரு தூண்டல் தவறாகப் புரிந்து கொள்ளப்படுமேயானால் அதனைத் திரிபுக்காட்சி என்கிறோம்.

உதாரணமாக இரவு நேரத்தில் கிணற்றடியில் கிடக்கும் கயிற்றை மதித்து விட்டு அச்சம் காரணமாக பாம்பு என்று எண்ணினால் அது திரிபுக்காட்சியாகும்.

ஒரு பொருளை வேறு பொருளாக உணர்வதை திரிபுக்காட்சி என்கிறோம்.

இவ்வாறு திரிபுக்காட்சி ஏற்படுவதற்கு காரணம் பொருள்களின் உருவஅமைப்பு சூழ்நிலை மனிதனின் உடல் மனநிலைகள் ஆகும்.

திரிபுக்காட்சியின் வகைகள்:

இயக்கத்திரிபுக் காட்சி:

உண்மையில் நிலைத்திருக்கும் ஒளித்தூண்டல் தானே நகர்வது போன்று தோன்றுவது.

பார்வைக் கோண திரிபுக்காட்சி:

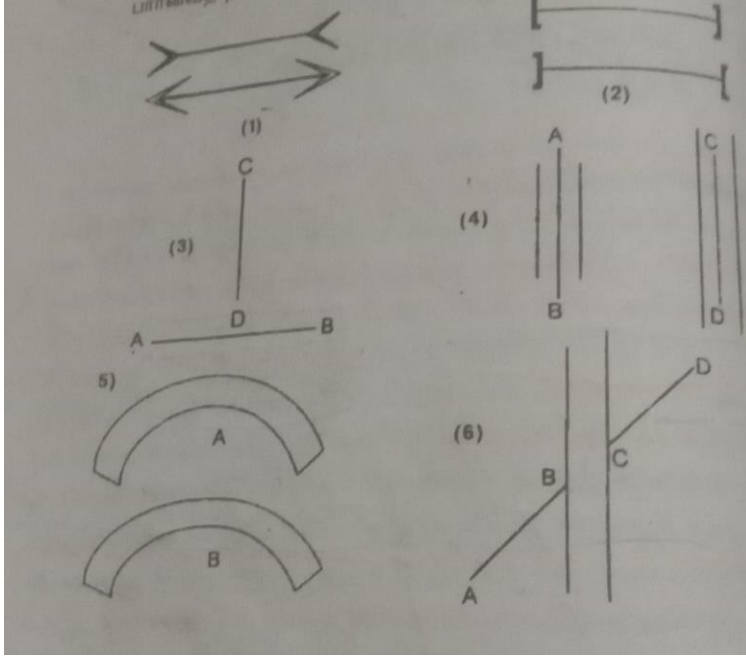
இரு இணைகோடுகள் தொலைவில் ஒன்றுசேர்வது போல் தோன்றுவது.

முல்லர் லையர் ஜோல்னர் போன்றோரின் பார்வைத் திரிபுக்காட்சிகள்:

முல்லர் லையர் ஜோல்னர் போன்றோரால் விளக்கப்பட்ட பார்வை திரிபுக்காட்சியினை முல்லர் லையர் திரிபுக்காட்சி என்கிறோம். இதில் ஒரே சமஅளவு உடைய இரு நேர்கோடுகள் சமமற்றதாக வேறுபட்ட அளவில் காணப்படும்.

இந்த இரு கோடுகளில் இறகுமுனை போன்ற முனைகளுடன் அமைந்த கோடு மேலேயுள்ள அம்புக்குறி முனைகளுடன் முடியும் கோட்டை விட பெரியதாக தோன்றுகிறது. ஆனால் உண்மையில் அவை இரண்டும் ஒரே அளவுடையவை. ஆம்பு நுனியில் சாய்வுக்கோணமும் அளவும் இத்திரிபுக்காட்சிக்கு இட்டுச் செல்கின்றன.

பார்வைத்திரிபுக்காட்சிகள்:



இல்பொருள்காட்சி:

ஒரு தூண்டலைத் தவறாகப் புரிந்து கொள்வது திரிபுக்காட்சி ஆனால் இதற்கு மாறாக எந்தவிதத் தூண்டலும் இல்லாமல் தூண்டல் இருப்பது போன்று உணர்வது இல்பொருள் காட்சி எனப்படும்.

புலைவனத்துக் கானல் நீர், யாரும் அறைக்கதவைத் தட்டாத போதும் தட்டியது போன்று உணர்தல், புளிய மரத்தின் மீது பேய்கள் நடனமாடுவது போன்று எண்ணுதல், நடுநிசியில் பேய்களின் சலங்கை ஓசையைக் கேட்டல் போன்றவை இல்பொருள் காட்சியின் விளைவாகும்.

நமது உள்ளத்தில் காணப்படும் அச்சங்கள், போராட்டங்கள், ஆர்வங்கள் போன்றனவே இல்பொருள் காட்சிக்கு அடிப்படைகளாக அமைகின்றன.

நினைவு

கற்றவற்றை மனதில் இருத்தி திரும்பவும் தேவைப்படும் போது அவற்றை வெளிப்படுத்தும் ஆற்றலையே நினைவு என்று குறிப்பிடுகிறோம்.

நினைவின் வகைகள்:

1. புலனறி நினைவு
2. குறுகிய கால நினைவு
3. நீண்ட கால நினைவு

புலனறி நினைவு

புலனறி நினைவு நினைவகம் புலன்கள் மூலம் நாம் பெறும் தகவல்களைக் குறிக்கிறது.

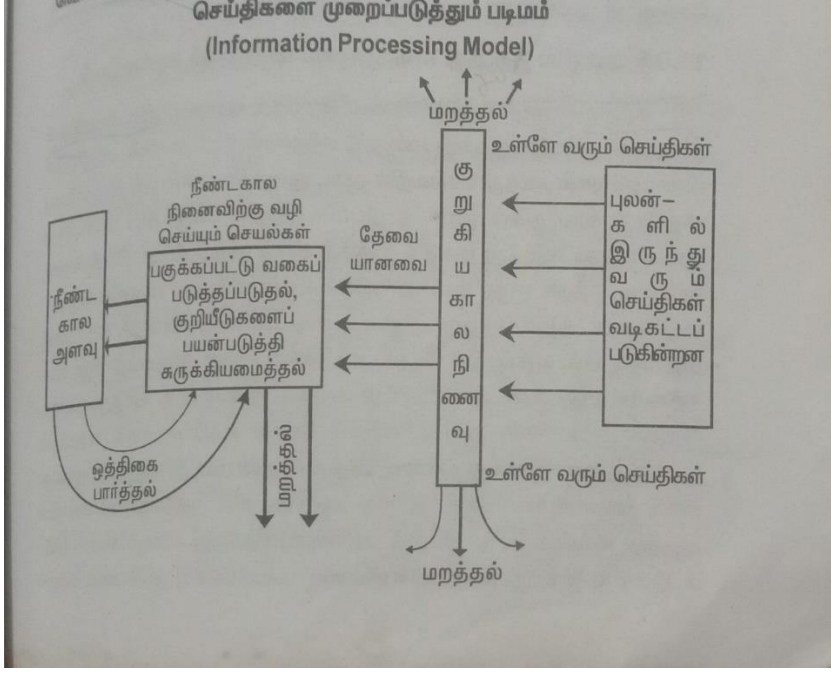
குறுகியகால நினைவு:

இந்தவகை நினைவு தற்காலிகமானது இருப்பினும் உடனடி நினைவு போல் குறுகிய காலம் இல்லை. உடனடி நினைவு குறுகிய கால நினைவிலிருந்து வேறுபடுத்தப்படுவதற்கு கற்பவரின் செல்களை பொருட்படுத்தாமல் உடனடி நினைவகத்தில் உள்ள புலன் உணர்வுப்படங்கள் சிதைவடையும் கற்பவரின் ஒத்ததிகை பொருள்களை கால வரையறையின்றி குறுகிய கால நினைவகத்தில் வைத்திருக்க முடியும்.

நீண்டகால நினைவு:

குறுகிய கால நினைவுபோல் அல்லாமல் நீண்டகால நினைவு சிறிய அல்லது சிதைவு இல்லாமல் தகவல்களை சேமிப்பதற்கான வரம்பற்ற திறனைக் கொண்டுள்ளது. இருந்தாலும் ஒத்திகை தேவைப்படுகிறது இந்த பண்புகளுக்கு கூடுதல் நீண்ட கால நினைவகம் தகவல்களை கொடுக்கிறது.இந்த நினைவத்தில் தான் பல செய்திகளை ஒப்பீட்டளவில் நிரந்தரமாக நினைவில் வைத்துக்கொள்ள முடிகிறது.

- ஓரிரு நொடிகள் மட்டுமே நீடிக்கும் புலன்களால் உணரக்கூடிய தூண்டல்களின் தாக்கத்தை நினைவில் இருத்தல் புலனறி நினைவாகும்.(உ.ம்) விபத்தில் நாம் பார்த்த காட்சி கேட்ட பெரும் சத்தம் உணர்ந்த மணம் ஆகியவை.
- மிக அண்மையில் நடந்த நிகழ்ச்சிகள் சிறிதுகாலம் நினைவில் வைத்திருப்பதனை குறுகிய கால நினைவு என்பர்.
- உதாரணமாக ஒருவரை தொலைபேசியில் அழைப்பதற்காக தொலைபேசி எண்ணைப் பார்த்து அவரை அழைப்பது வரை மட்டுமே அந்த எண் நம் நினைவில் இருக்கும். ஆழைத்தவரோடு பேசி முடித்த பின் தொடர்ந்து கொண்ட எண்ணைத் திரும்பவும் நம்மால் நினைவுகூற முடிவதில்லை.
- குறுகியகால நினைவினை தற்கால நினைவு என்றும் நீண்ட கால நினைவினை நிலையான நினைவு என்றும் குறிப்பிடுவர்.
- குறுகிய கால நினைவில் பதியப்பெற்றவற்றை நீண்டகால நினைவிற்கு மாற்ற அதிக காலமும் முயற்சியும் தேவைப்படுகிறது. ஒரே நேரத்தில் குறுகிய கால அளவில் 7+2 உருப்படிகளை மட்டுமே வைத்திருக்க முடியும் என்றும் ஆய்வுச் சான்றுகள் தெரிவிக்கின்றன. இதையே நினைவு வீச்சு என்று குறிப்பிடுகிறோம்.
- நீண்டகால நினைவிற்கு மாற்றப்படுபவை நன்கு பரிசீலிக்கப்பட்டு வகைப்படுத்தப்பட்டு குறியீடுகளைப் பயன்படுத்தி சுருக்கி வைக்கப்படுகிறது.
- தவிர அடிக்கடி திரும்ப பார்க்கப்படுகிறது இவ்வாறு குறுகிய கால நினைவு மற்றும் நீண்டகால நினைவிற்காக முளைச்செயல்பாடுகள். வேவ்வேறு விதத்தில் அமைந்திருப்பதை கீழ்க்கண்ட படம் விளக்குகிறது.



நினைவினை மேம்படுத்தும் உத்திகள்:

- எதைக் கற்றாலும் கற்க வேண்டும் என்ற ஆர்வம் அல்லது ஊக்கத்தோடு கற்க வேண்டும்.
- திரும்பத்திரும்ப கற்றல் மறத்தல் எல்லையைத் தாண்டிட துணைபுரியும்
- எதைக்கற்பதற்கும் SQ3R முறை மிகச்சிறந்தது.
- பல்புலன்வழி கற்றல் மேம்பட்ட நினைவுக்கு வழிவகுக்கிறது. உதாரணமாக ரேடியோ விளம்பரங்களை விட தொலைக்காட்சி விளம்பரங்கள் சுலபமாக நம் மனதில் பதிந்து வெகுநாட்களாக நீடிக்கின்றன.
- கற்றல் நிகழும் போது அவ்வப்போது சோதித்தறிதலும் கற்றபின் உறக்கம் அல்லது ஓய்வெடுத்தலை தொடர்ச் செய்தலும் கற்றலால் விளையும் மூளை மென்படிமங்களை நிலைபெறச் செய்கின்றன.
- முன்னோக்கத்தடை பின்னோக்கத்தடை ஏற்படாவண்ணம் படிக்கும் போது பாடத்துறைகளைச் சீர்படுத்திக் கொள்ள வேண்டும்.

- கற்பவற்றை ஏற்கனவே கற்றவற்றோடு தொடர்புபடுத்திக் கற்றலும் கற்கும் பல பகுதிகளுக்கு இடையேயான தொர்பைப் புரிந்து கொண்டு கற்றலும் நினைவினை மேம்படுத்தும்.