

推荐：注册会计师考前怎样提高记忆力？PDF转换可能丢失图片或格式，建议阅读原文

[https://www.100test.com/kao\\_ti2020/261/2021\\_2022\\_\\_E6\\_8E\\_A8\\_E8\\_8D\\_90\\_EF\\_BC\\_9A\\_E6\\_c45\\_261617.htm](https://www.100test.com/kao_ti2020/261/2021_2022__E6_8E_A8_E8_8D_90_EF_BC_9A_E6_c45_261617.htm) 注会考试困难重重

，有的朋友可能会感到困惑，或许会抑天长啸："上苍，请敕给我智慧吧！" 其实，我们缺少的不是智慧，而是方法。人的大脑潜力无穷，就看我们是怎样开发它。就快考试了，如何强化记忆，这是每一个考生迫切希望得到答案的问题。如何记得更多，记得更准，这并不是高不可攀的。下面我从记忆遗忘的规律，并结合我自己考注会的经验，给大家作一点简要的介绍，希望能给拚搏在注会沙场的朋友们送上一碗清热清毒的绿豆汤。

一、记忆的流程 德国著名的心理学家艾宾浩斯在1885年发表了他的实验报告，记忆研究就成了心理学中被研究得最多的领域之一。他的主要理论是：记忆的保持在时间上是不同的，有短时的记忆和长时的记忆两种。而我们平时的记忆的过程是这样的：输入的信息在经过人的注意过程，即学习后，便成为了人的短时的记忆，但是如果不经及时的复习，这些记住过的东西就会遗忘，而经过了及时的复习，这些短时的记忆就会成为人的一种长时的记忆，从而在大脑中保持着很长的时间。

二、遗忘曲线 而我们有一个永远的敌人，名叫遗忘。所谓遗忘就是我们对于曾经记忆过的东西不能回忆起来，或者是回忆出来的结果是错的。艾宾浩斯通过实验描绘出了一条曲线，这就是非常有名的揭示遗忘规律的曲线：艾宾浩斯遗忘曲线。图中横轴表示时间（天数），纵轴表示学习中记住的知识数量，曲线表示记忆量变化的规律。这条曲线告诉人们在学习中的遗忘是有规律的，

遗忘的进程不是均匀的，不是固定的一天忘记百分之几，转天又忘记百分之几，而是在记忆的最初阶段遗忘的速度很快，后来就逐渐减慢了，到了相当长的时间以后，几乎就不再遗忘了，这就是遗忘的发展规律，即"先快后慢"的原则，而且有少部分精华成为了我们永恒的记忆。100Test 下载频道开通，各类考试题目直接下载。详细请访问 [www.100test.com](http://www.100test.com)