

《普通心理学》：再认和回忆的规律 PDF转换可能丢失图片或格式，建议阅读原文

https://www.100test.com/kao_ti2020/60/2021_2022__E3_80_8A_E6_99_AE_E9_80_9A_E5_c38_60119.htm 再认和回忆是记忆的第三环节，识记材料、保持材料都是为了在必要时能再认或回忆材料。为了能做到准确、迅速地把识记材料提取出来，弄清影响再认和回忆的因素是极为重要的。

一、再认的条件对事物的再认有不同的速度和准确程度，这主要取决于以下两个条件。一是取决于对原有事物或材料识记的巩固程度。如果原有事物或材料很清晰、准确地被保持，当再次出现时，就容易再认，表现为速度快，准确率高；如果保持不巩固或出现泛化现象，再认就困难，表现为速度慢，准确性差。二是取决于当前呈现的事物或材料同过去识记过的事物或材料相类似的程度。如果当前呈现的事物或材料与过去识记过的事物或材料变化不大，就容易再认；如果发生了很大的变化，就难以再认。再认困难时要依靠各种线索，尽量寻找与这一事物有关的情景，特别是事物的特点，一部分特点的出现，往往可以唤起对其他部分的记忆。再认有时是一种很复杂的心理过程，它包括回忆、比较、推理等活动。

二、回忆的条件 在识记时是否设下联想线索会影响回忆的效果。联想线索利用事物多方面的联系，有助于信息的提取。它有多种类型：接近联想、相似联想、对比联想、因果联想、隶属联想。

接近联想，由某一事物想到和它在时间上和空间上相接近的事物。例如，由北京想到天安门、万里长城，这是空间联想；由五一想到五四、五卅，这是时间联想。相似联想，由某一事物想到和它在外部特征上或性质上相类似的事物。例

如，由麦子想到稻子等。对比联想，由某一事物想到和它具有相反特点的事物。例如，由白色想到黑色，由山脉想到河流，由高兴想到悲哀等。因果联想，由某一事物想到和它具有因果关系的事物。例如，由大雪想到丰年，由大雨想到洪水等。隶属联想，由某一事物想到和它具有隶属关系的事物。例如，由动物想到猫、狗、大象、骆驼、鸡、鸭等。在识记材料时，建立它们之间以及它们和已有经验之间某种或多种联想线索，那么在回忆时，只要记住某一线索，就能联想出一连串材料，这样可以大大提高回忆效果。此外，情绪状态对回忆也有较明显的影响，并且比较突出地表现在情绪的紧张度方面。一般说，良好的情绪状态，如愉悦、轻松、平和的情绪有利于回忆；而负情绪，尤其是紧张情绪对回忆会产生明显的抑制作用。例如，我们有的同学考试时，由于一时紧张，对于学过的内容一时想不起来，出了考场就想起来了。还有人在吵架时，由于气愤，容易出现张口结舌，理也讲不清了。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