

2011年注册会计师考试：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_ti2020/645/2021_2022_2011_E5_B9_B4_E6_B3_A8_c45_645618.htm 2011年注册会计师考试备考：

怎样提高记忆力 为了迎接即将到来的2011年注册会计师考试，财考网为各位学员搜集准备了相关的考试经验，下面就是如何增强自己的记忆力，希望给各位学员带来帮助! 在日常生活中提高自己记忆力的办法其实是很多的，重要的是你要做个提高自己记忆能力的有心人，在任何场合都形成习惯。如我们可以从以下15个要点中着手，结合自身的实际情况加以改进和完善。

- 1、平心静气。在日常生活与学习中都保持一种让自己平心静气的心态。更多的时候是让自己的大脑安静。
- 2、调整自己大脑的工作和休息时间，让大脑得到充分的休息，疲劳会降低大脑的工作效率。
- 3、树立起自己记忆优良的信心，并时时提醒自己要记住必须记住的东西，必须坚信自己“一定能记住”!
- 4、要学习和找到一套适合提高自己记忆力的方法，加之必要而又经常的训练再训练，提高再提高。
- 5、要保持对世界充满强烈的爱好与兴趣，兴趣是记忆的第一推动力。对被记忆的对象要象对待自己的“情人”一样有足够的兴趣。
- 6、强烈的愿望和刺激可以促进自己的记忆。
- 7、要在自己的工作与生活中建立与愉快事情相联系的记忆。
- 8、让自己的心态永远年轻，保持年青人的刺激可以促使自己脑细胞变得敏锐和年轻。
- 9、学会一种或多种观察能力，敏锐的观察力能帮助我们记忆。
- 10、要站在对方的立场上考虑问题，在记忆中尤其如此。要充分理解的基础上记忆对象。
- 11、开发自己的右脑，把记忆对象形象化有助于

记忆。 12、掌握歌诀或口诀记忆知识，把互不关联的记忆对象编成歌诀有利于记忆。 13、学会特征记忆技巧，找到记忆对象的特点，辨别出其特征有助于记忆。 14、学会整理和分类，适当的分散记忆(化整为零)有时比集中记忆效果好。 15、充分运用人自身体的五官功能，调动身体各器官协同记忆。 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