

2009年口腔执业医师考试之联想记忆法口腔执业医师考试
PDF转换可能丢失图片或格式，建议阅读原文

https://www.100test.com/kao_ti2020/646/2021_2022_2009_E5_B9_B4_E5_8F_A3_c22_646615.htm

口腔执业/助理医师考试是每一个口腔类考生都必须面对的考试，大量的医学内容是需要记忆的，让很多考生非常困扰。如何有效地记忆这些知识点呢？长期以来，人们根据心理学研究成果和经验总结，归纳出许多行之有效的记忆方法与技巧，下面为同学加以介绍。

联想记忆法 什么是联想记忆法

利用联想来增强记忆效果的方法，叫做联想记忆法。联想，就是当人脑接受某一刺激时，浮现出与该刺激有关的事物形象的心理过程。一般来说，互相接近的事物、相反的事物、相似的事物之间容易产生联想。用联想来增强记忆是一种很常用的方法。美国著名的记忆术专家哈利洛雷因说：“记忆的基本法则是把新的信息联想于已知事物。”

联想记忆法的种类

联想记忆法分为以下三种具体方法：

接近的联想法

两种以上的事物，在时间或空间上，同时或接近，这样只要想起其中的一种便会接着回忆起另一种，由此再想起其他。记忆的材料整理成一定顺序就容易记得多了。例如，有的人有时候一下子记不起一个很熟的外语单词，明明是经常温习的，连这个字在教科书上什么位置都能回忆起来，可一下子就想不起来了，那他就可以从这个字在书上什么地方想起，想想它前面是个什么词，后面跟了一个什么词，这样反复地联想，往往能回忆起这个单词来。这个词和前后词的关系是位置接近，这种联想就叫空间上的联想。还有一种时间上的联想。比如一个人在一本词典上看到对某个词的很有意思的说明和解释，告诉了另外一个人。那

个人也很感兴趣，问他是在哪本词典上查到的，要去亲自查看一下全文。可惜他已经记不确切是查在哪本词典了。怎么办呢？于是这个人就回忆当时查词典的情形。首先想起是前天晚上查到的，记得那天晚上他还为这事高兴了好一会。再仔细一想，噢！有了。这个词是在《辞海》上看到的。因为自己前天晚上只查过《辞海》，其他那些词典前天上午就都归还图书馆了。这样，通过时间上的联想，准确地回忆起自己查的是《辞海》，不是其他的词典。

相似联想法 当一种事物和另一种事物相类似时，往往会从这一事物引起对另一事物的联想。把记忆的材料与自己体验过的事物相连结起来，记忆效果就好。在外语单词里，有发音相似的，有意义相似的，这些都可以利用相似联想法来帮助记忆。辽宁黑山北关实验学校和北京景山学校在小学低年级试验一种集中识字的方法，可使学生在两年内认字两千五百个，阅读一般书籍报纸。这种识字法就运用类似联想记忆法的道理，把字形、字音相近，能互相引起联想的字编成一组一组的，像把“扬、肠、场、畅、汤”放在一起记，把“情、清、请、晴、睛”放在一起记。每组汉字的右边都是相同的，每组字的汉语拼音也有共性，前一组的汉语拼音后面都是“ang”，后一组的汉语拼音都是“qing”，这样就可以学得快、记得住。

对比联想法 当看到、听到或回忆起某一事物时，往往会想起和它相对的事物。对各种知识进行多种比较，抓住其特性，可以帮助记忆。这就是对比联想法。许多诗集、对联大多按对仗的规律写出来的。如：杭州岳飞庙有这样一副楹联，写的是“青山有幸埋忠骨，白铁无辜铸佞臣”。“有”和“无”是相反的，埋下烈士忠骨和铸就奸臣是相对比的。相传这里埋

着民族英雄岳飞的忠骨，后人由于痛恨奸臣秦桧用阴谋害死了他，用铁铸了秦桧夫妇的跪像放在墓前。只要记住这副对联的上句，下句也就不难凭对比联想回忆起来了。我们背律诗，往往感到中间两联好背，原因就是律诗的常规是中间两联对仗。对仗常用这种对比，例如“金沙水拍云崖暖，大渡桥横铁索寒”。又如唐朝诗人王维的《使至塞上》诗的中间两联：“征蓬出汉塞，归雁入胡天。大漠孤烟直，长河落日圆”。相对比之处很多，由前一句可以很自然地想起后一句。更多信息请访问：百考试题医师网校 医师论坛 医师在线题库 百考试题执业医师技能加入收藏相关推荐：2009年口腔执业医师考试之理解记忆法 2009年口腔执业医师考试之有意记忆法 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