

2012年执业药师考试备考技巧读书记忆法 PDF转换可能丢失  
图片或格式，建议阅读原文

[https://www.100test.com/kao\\_ti2020/648/2021\\_2022\\_2012\\_E5\\_B9\\_B4\\_E6\\_89\\_A7\\_c23\\_648329.htm](https://www.100test.com/kao_ti2020/648/2021_2022_2012_E5_B9_B4_E6_89_A7_c23_648329.htm) 2012年药师考试备考技巧读书记

忆法包括：求理解。勤复习少量多次。对于参加执业药师资格学习的考生来说，学习的最大障碍莫过到记忆力差的问题了，怎样克服年龄大、工作忙、记忆力差的矛盾，提高学习和识记效果呢？我认为应当在“科学”二字上好好动脑筋，提高记忆的科学性。

一、求理解。俗话说，欲要记，先要懂。从记忆规律的角度来讲，一个人对所记忆的知识，理解得越深刻，记忆效果就越好。因此，考生对于所学知识要搞清弄懂，特别是对那些重点、难点内容更是要耐心琢磨，反复品味，力求“知其义而明其根”。国外有人曾作过研究：对于一个成年人来说，一篇百字文，在搞清了文章的思想、内涵和基本语意后，大概15-20分钟就可以把它记住了，如果盲目机械记忆，则要近1小时，甚至更长时间。

二、勤复习少量多次。记忆的过程也就是同遗忘作斗争的过程，斗争的最好武器就是复习，要使复习取得好效果就必须注意：

- 1、及时复习。德国著名心理学家艾宾浩斯的遗忘规律告诉我们，人们对所学知识的遗忘是先快后慢，先多后少。遗忘最严重的时刻是在识记后的头一天，甚至发生在最初的几小时、几分钟（头一天有可能遗忘所记材料的一半）以后速度逐渐减慢。及时复习对巩固所学知识能起到事半功倍的效果。相反，等遗忘殆尽后再“回锅”，就事倍功半了。
- 2、强化记忆。艾宾浩斯的研究还证实，人们对所学习、记忆的内容达到了初步掌握的程序后，如果再用原来所花时间的一半去

进一步巩固强化，使学习、记忆的程序达到150%，将会使记忆的痕迹得到强化，所记内容经久不忘，这在心理学上称为“过度学习”效应。相关推荐：[blue>2012年通过执业药师考试的捷径](#) [blue>2012年执业药师考试复习要解决两个缺乏](#) [blue>2012年执业药师考试增强信心的方法](#) 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](http://www.100test.com)