

十大記憶法(上篇)

有些同學，一旦考試成績不理想，就埋怨自己腦袋不靈，於是信心受損，造成連鎖反應，惡性循環，成績便每況愈下。其實，一般人僅利用了大腦能力的5-10%，腦袋可以開墾、使用的空間仍甚廣。只要肯努力，善於運用，腦袋自然靈活起來，增強記性。

怎樣才能更好地發揮大腦潛能？以下介紹十種常用的記憶方法。

1. 聯想法

對兩種以上相互接近或類似的事物進行聯想及區別，又或者將相反的事物進行對比聯想，以助記憶。例如中文科認字時「暮、墓、幕、慕」四字放在一起識辨記憶，加以區分；又例如化學科中的氧化反應，它的相反即為還原反應。

2. 形象法

例如地理方面的地形、地勢、地貌、物產、風俗；歷史科中各種事件的發生、發展、收場等；物理中光的反射和折射；化學中各種實驗和工業流程等，以及生物中凡有形象化的圖解，都可以予以形象化、圖像實物化，加深記憶。

3. 口訣法

押韻的口訣，瑯瑯上口，容易記憶。例如中史科歷代開國皇帝口訣，如夏商周秦漢：「夏禹商湯周武王，秦朝一統秦始皇。西漢劉邦漢高祖，東漢劉秀也稱王。」；或三國：「三國分權鼎勢立，曹丕號魏廢獻帝，劉備蜀漢成霸業，吳國孫權作皇帝。」又例如化學中金屬活潑次序「鉀鈉鈣鎂鋁，鋅鐵鉛銅汞，銀鉑金」十三種金屬。

4. 諧音法

將本來沒有意義的材料或數字，用它相同或相近的音韻，編成較有意義的說話，甚至是諧趣的內容，以助深刻記憶。例如中史科的清軍入關佔領北京是在一六四四年，剛好是四四一拾六的數字運算；又或一九九七年音作「一久久實」。

5. 比較法

把繁瑣的內容簡明化、列表對照、歸併區別，有助記憶。例如數學科三角幾何諸多公式，中史科歷代皇朝年號等，可列表比較；又或生物科中光合作用與呼吸作用、物理科中電場強度 E 和電場力 F 的區別和聯繫，亦可以表列簡明。