



”

艾宾浩斯记忆格遗忘 曲线

● 汇报人：李老师 ● XX





- 记忆与遗忘基本概念
- 艾宾浩斯记忆格遗忘曲线解读
- 提高记忆效率方法论述
- 艾宾浩斯记忆格在教育领域应用

目录





- 艾宾浩斯记忆格在职业培训中应用
- 艾宾浩斯记忆格在日常生活中应用

目录





01

记忆与遗忘基本概念





记忆定义及过程



记忆定义

记忆是人脑对经历过事物的识记、保持、再现或再认，它是进行思维、想象等高级心理活动的基础。

记忆过程

包括识记、保持、回忆和再认三个基本环节。识记是获得知识和经验的过程；保持是知识和经验在大脑中储存和巩固的过程；回忆和再认是从大脑中提取知识和经验的过程。

以上内容仅为本文档的试下载部分，为可阅读页数的一半内容。如要下载或阅读全文，请访问：
<https://d.book118.com/998123072004006103>