

[講義] 輔大心理營工作坊 - 來點記憶吧

- by 邱繼緯，輔大心理所認知組畢
- at 2018.07.17~19

[講義] 輔大心理營工作坊 - 來點記憶吧

前言

記憶跟生活的關係

認知-記憶工作坊後希望傳達的資訊

記憶在學科中的位置

認知心理學跟記憶的關係

一、記憶的儲存模型

二、記憶的歷程

三、與記憶相關的生理機制與腦區簡介

總結

補充

前言

記憶跟生活的關係

在日常生活中，我們幾乎都在使用記憶。以高中生活為例好了。我們進入新班級後，會需要認得同學和老師的臉孔，並會想要把他們的名字和臉孔一一連結起來。如果有進入社團的話，為了培養自己的興趣，我們可能會要求自己背音樂譜、背跳舞的動作、被等等要上台辯論的諮詢稿。又或者，突然想起明天要小考了，只好今晚臨時抱佛腳死背課本上的英文單字。

記憶無所不在。而這堂課，希望能讓你們對這無所不在的記憶有更多的瞭解與認識。

認知-記憶工作坊後希望傳達的資訊

這個工作坊想帶著你們認識三個部份：

1. 記憶的儲存模型假說
2. 記憶的歷程
3. 與記憶相關的腦區

幫記憶建立模型理論，我們在探討記憶的特性與機制時就有了切入點。瞭解記憶的歷程，就能幫助我們得到更好的記憶能力。知道跟記憶相關的腦區，就可以 ... 有長知識的感覺喔，很棒吧(?)。不是啦，是瞭解了跟記憶相關的生理機制或腦區，我們就更能瞭解記憶的特性，進而幫助我們的記憶能力。

另外，在記憶的歷程章節，將會重點介紹兩個部份：

1. 鞏固記憶的策略
2. 簡單的記憶術

受限於我的能力，或許這門課無法帶你們認識記憶的全貌、在一些部份甚至沒有更新到最新的研究新知（但我會盡量補上文獻來源、以及延伸資料）。但希望透過這兩個部份，至少能在你們的生活或是學業中有些幫助。

記憶在學科中的位置

12312

213123

認知心理學跟記憶的關係

12312

123123

一、記憶的儲存模型

123123

12312

二、記憶的歷程

12312

123123

三、與記憶相關的生理機制與腦區簡介

3213

213

23

總結

2312

31

23

123

12

3

補充

231321 lorem30

1 3 4