

地域創造学部 公共政策学科

記憶が良くなる？心理学

講師名：橋本 優花里

講義概要

日ごろの生活の中で「忘れる」ことはよくあることですね。ただ、記憶には3つの段階があり、同じ「忘れる」でもそれぞれの段階に沿った3つのタイプがあることが分かっています。本講座では、3つのタイプに関係する心理学の記憶研究を紹介し、「忘れない」ためにはどうすればよいかを一緒に考えていきます。