

看了“最强大脑”，南京妈妈很激动 给两岁女儿报了“全脑开发班”

普通孩子能练出超强记忆力吗？这种训练能不能提高学习成绩？专家为你解开记忆密码

昨天，戴女士领着两岁的女儿，到南京应天大街一家主打“全脑开发”的培训机构上课。因为看了热播节目《最强大脑》，又无意间发现女儿会看纸牌上的数字，她也想训练女儿的记忆力，打造“最强大脑”。

现代快报记者昨天探访了南京的记忆力培训市场：这样的训练是不是真的可以开发出大脑潜能、有助于孩子的学习？

实习生 曹亚琴
现代快报记者 付瑞利 黄艳



南京一位培训师正在给孩子一对一上课 本版摄影 现代快报记者 施向辉

专家揭秘

这种短期记忆能力 在家就能训练

南京市中小学生学习力研究中心主任谷力博士说，大多数社会上的记忆培训主要是瞬间记忆和短期记忆的训练，训练得当，可以提高瞬间记忆效率，但如果没有巩固，也就是“过眼云烟”，不能给学习带来实质性帮助。

短期记忆力在家也能练

长期研究脑科学的谷力表示，《最强大脑》中的一些选手，都是瞬间短时记忆的高手，这种记忆能力，是可以训练提高的。

谷力曾看到过小学生的课堂记忆演示，老师给孩子看一个有20个字符图像的方块，瞬间就反过去，孩子能报出20个字符是什么。这样的孩子，经过了半年左右的训练。他说，在家也有简单的训练方法可以提高短期记忆能力。

如有一种方法是闪视训练。把一个字符在眼前晃一下，从慢到快，原来一个字符，变成一排字符，再到五六排字符。孩子文字视觉瞬间记忆能力就加强了。

还有一个图形训练和场景训练，看一幅图，上面有什么，一眼看下去大脑就像照像机一样，头脑里实际已经有一张图。场景训练就是，有人突然推门伸头看了一眼，又缩回去，要能把这个人的特征抓住。反复多次训练过后，短时间记忆力特别强，学习效率确实会有提高。

反复巩固才会提高成绩

这种训练能提高学习成绩吗？谷力表示，这倒未必。因为记得快，忘得也快。“只有反复地复习，才会达到长期记忆的效果。”他介绍，短期记忆如果不复习，有50%以上的遗忘率。通过复习，将短期记忆转化成长期记忆，才会对学习成绩有提升。

此外，学习中的理解记忆，是比较难通过记忆训练改善的，这是综合能力。

直击 两岁娃娃培训记忆力

培训师不停翻卡片给孩子看



培训师展示训练课程

戴女士说，过年期间，女儿看大人们打牌时，突然念起牌面上的数字来，“这是3，这是7，这是9……”戴女士非常惊喜，因为她从没特意教女儿认过这些。

女儿的表现，让戴女士联想起每期必看的《最强大脑》。她说，虽然没想把女儿培养得那么记忆力超强，但她希望通过培训给女儿“打好底子”，最起码能对以后的学习有帮助。于是，在试听过一次“全脑开发”课程后，她给女儿报了名。

那么，“全脑开发”课程到底是怎样的？培训机构里一位姓朱的培训师介绍，有一种教学方式，业内称之为“闪卡”。她向现代快报记者示范：手握一叠卡片，上面印有各种物品，然后快速翻到下一张，全程让孩子仔细看。翻的过程中，老师会介绍卡片上的内容。几轮下来，孩子就认识了卡片上的物品。

还有一种方式是，向孩子展示一种印有格子的卡片，部分格子里会印上气球、房子、车子等物品。朱老师说，会在孩子不经意的时候，把卡片在他们面前晃一下，然后问气球在哪个位置、房子在哪个位置。这样做，就是培养孩子的注意力和想象力，进而提高记忆力。

全脑开发一套课程，要花上万元

对于《最强大脑》的热播，应天大街这家培训机构的负责人邓先生说，目前并没有对他们的招生产生实际影响，“倒是有些打电话来咨询的不少家长都提到《最强大脑》”。

邓先生说，随着家长对记忆力培养的认识度提高，加上受节目的影响，他相信，天气暖和点，会有更多孩子来报名。他们现有的学员，主要靠互相介绍来上课，“4个培训点，500多个孩子。我相信这个市场

潜力还是很大的。”

“全脑开发”的课程并不便宜，并且年龄越低，收费越高。“一对一”上课，每节课两三百元；“一对多”上课，一个班不超过6个孩子，每人每节课划到八九十。一套课程上下来，最高要花上万元。

在该机构的宣传单上，可看到这样的介绍：通过训练，学员可以在5分钟内正背、倒背、点背多组词组，有的甚至能5分钟看完一本书。

探访 南京记忆力培训市场

1 什么人能参加记忆力培训？ 普通孩子就可以

从事记忆法培训工作11年的邹飞告诉现代快报记者，脑功能包含的方面很多，有思维能力、记忆力、想象能力等，记忆能力只是其中一种。“只要是中上游以上的孩

子，通过对其图像感知能力的激发，均能不同程度地得到提高。”他说，诸如文章倒背如流之类的能力，只要训练，很多孩子都能具备。当然，这个过程中有许多技巧。

2 家长认同这种培训吗？ 因为生源数量少，有机构“转向”做英语培训

不过，曾从事过记忆力培训的汪先生说，尽管《最强大脑》引发关注，但家长们乐不乐意拿出钱来，让孩子去单纯培养这种能力，得打个问号，“全脑开发，记忆力提高，确实能对学习有帮助，但这种作用毕竟是间接的。”

两年前，因为生源数量不理想，汪先生开始“转向”，不再主打“记忆法培训”的广告，而将记忆法与英语教学相结合。如今，他在新街口管家桥开办的机构，看起来更像个普通的英语培训班，“我们也会

把记忆法教给学生，让他们提高英语，这样家长会比较认同。”

沈老师是该机构的一名记忆法培训师。昨天，她现场展示起自己的记忆力。记者随意在手机上摁了两排数字，共44个。沈老师看了十几秒，然后完全正确地将数字背了出来。交谈几句后，她又将这些数字倒着背了一遍。沈老师说，这排数字在自己脑海中就是一张图片，她要做的就是将其念出来。经过反复训练，学生们也能做到，学习英语就会轻松一些。

3 培训师年薪过百万？ 在南京一年能赚20多万就不错了

网上流传一种说法，记忆力培训师年薪过百万。邓先生说，可能是有这种比较成功的，但据他所知，在南京，一年能赚到20多万，就已经很厉害了。汪先生说，在广州、武汉等地，对记忆力的培训相当火爆。但在南京，似乎并没有得到这么大规模的认识和认可。

沈老师说，对成年人来说，记忆力的培养，更多是依靠不停地记，并参加一些竞赛。有些人就是通过参加民间的脑力记忆力比赛，来不断提高自己的。她还透露，一些培训机构的培训师，曾是民间各种脑力记忆力大赛的参赛者。

对话 海门记忆神童

连续5年参加记忆比赛 每次赛前都会 训练一个星期

15分钟内记住180个随机的中文词汇，5分钟内记住248个无规律的数字……这是16岁的江苏海门中学高一学生倪梓强在脑力比赛现场的成绩。近日，他参加了《最强大脑》节目的录制（尚未播出）。他从2009年开始接触全脑记忆培训后，连续几年参加了世界脑力锦标赛，获得8金4铜1银的好成绩，曾被誉为中国的记忆神童。倪梓强的超强记忆力是培

训出来的吗？倪梓强昨天告诉现代快报记者，2009年，他报名参加了为期8天的“全脑记忆法特训”培训班，此后就再也没有参加过任何培训班。但自2009年至2013年，他每年都在参加各种记忆比赛，而且会在家里针对比赛项目进行一定的学习性训练。

“我相信我的孩子即使不参加这个记忆培训机构，成绩还是会一样的好。”倪梓强的母亲说，

在没有进行记忆训练之前，儿子的成绩就非常好。自从儿子参加记忆比赛拿奖后，很多家长都问她，她的儿子成绩好是不是参加了培训的缘故，她每次都否定了。她说，参加培训对开发大脑有一定的好处，比传统的死记硬背要科学，但只有将这些方法转化成自己的方法，才能达到事半功倍的作用，“每次比赛前，他都尽量保持一周的训练，非常坚持。”