アクティブリコール

参考書を見て復習

思い出せることを書いたり声に出したりしてアウトプット

そして、それを1日後、3日後に同じ作業を何度も繰り返す。

これが分散学習

両方組み合わせると、連続的再学習になる。

これが、連続的再学習

だが、ここで、いかに自分が出来ないのかを理解して、それを覚悟しないと、この勉強法はできない。

自分が出来る事だけやっている人は、その分精神的には楽だけど、成長が少ないという事だ。

自分が出来ないことを実感する回数が多くなるんだ。

自分が出来そうにないことを、アウトプットするからね。

だから、　その覚悟が必要

そして、新しい物を作るときには、メモが必要不可欠。

なるほどね。

なるほど、本当になるほど、

全部覚える必要はないけど、

だから、新しものを作るときはメモが必要不可欠で

記憶を定着させるためには、連続的再学習が必要なんだな。

だから、和田さんみたいに、お客様と話すようになるためには、此の連続的再学習も定期的に遣っていかなければいけないという事だ。

それが、出来る人とできない人の違いになってくる。

なるほど、だから楽でやった気になれる勉強法に逃げてしまうのk

大きい目標を立てて全体的なモチベーションを高め。

目標は小さい目標を立ててそれを達成していった方が良いという研究データがあり