

目的: やる気を振り起こすヒツツが知りたい!

@sanada3730

- ラーニングログ P160
- ①ラーニングログを用意する
 - ②最初に「学習目標」を記入する
 - ③記録方法を決める
 - ④学習したらすぐに記録する
 - ⑤定期的に「ラーニングログ」を眺め直す

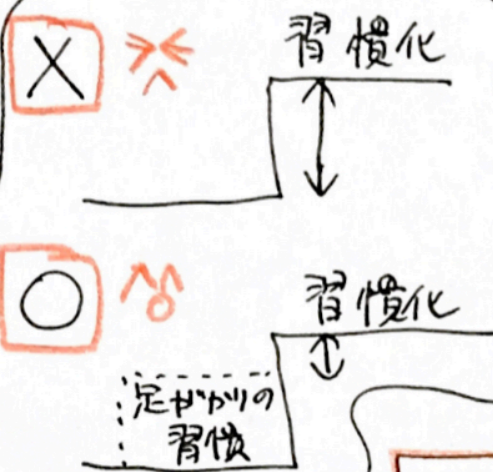


P53 学ぶの1:重要なこと

独学を始めることは難しくない。
しかし続けることは容易くない

P60 学ぶの動機付けマップ

- ①学ぶのきっかけとなつた出来事を探す
- ②その出来事の影響範囲をマッピングする
- ③影響の評価を行う
- ④評価に理由付けをする
- ⑤①~④を必要だけ繰り返す



習慣の「マジ」 P144

独学大全
才1部
読書猿 著

計画好きは多いが...

事を成し遂げるために
絶対に必要な事

決定的に影響を与えるのは



手をつけること

2ミニッツスター

P78 いきなり山頂から始める「パラシュート学習法」

最終目的の付近から学習する方法の長所

- ★最終目的を常に意識することで「モチベーション」維持しやすい
- ★わからないポイントと「か」, 足りない知識が何かを明確にしやすい
- ★最終目的に必要なことへの勉強しやすいため無駄がなく、時間短縮になる

実態を記録する人は少ない

記録を取る者は改善する

セルフモニタリングの3つの段階

- ①自分で気づき
- ②データとして記録
- ③データを自分で吟味