

Метод Фейнмана: как по-настоящему выучить, что угодно и никогда не забыть.

Чтобы запомнить что-то действительно хорошо, надо по-настоящему глубоко проникнуть в тему. Метод Фейнмана поможет выявить пробелы в знаниях и заполнить их.

Часто бывает так, что вы вроде бы ухватили суть темы, но теряетесь в деталях. Вам кажется, что вы выучили и хорошо знаете предмет, но, начав объяснять, понимаете, что это не так, и ваши знания более чем поверхностны.

Чтобы не попасть в такую ситуацию, проверяйте свои знания по методу Фейнмана.

В чём заключается метод

Итак, вы выучили что-либо и хотите проверить свои знания. Суть техники заключается в том, чтобы объяснить выученную тему другому человеку, далекому от этого предмета. При этом вовсе не обязательно, чтобы такой человек присутствовал рядом с вами.

Возьмите лист бумаги, напишите свою тему и начинайте объяснять её. Представьте, что вы пишете человеку, который ничего не понимает в вашем предмете, а ещё лучше — ребёнку лет восьми.

У детей в этом возрасте достаточно знаний, чтобы понять простые объяснения, но их словарный запас довольно мал, так что специальные термины придётся описывать простыми словами.

Как это работает

Ещё со школы многие привыкли зубрить материал. Мы упоминаем термины, не понимая точно, что они означают. Часто это происходит не потому, что вы ленитесь уточнить, что означает то или иное понятие, или подробнее разобраться механизм работы, а из-за привычки зубрить материал.

Вам кажется, что вы понимаете тему, однако такие знания очень поверхностны — слова, не подкреплённые образами, быстро забываются, в знаниях обнаруживаются пробелы.

Объясняя тему восьмилетнему ребёнку, вы не сможете использовать термины и заученные фразы. Вам придётся описывать всё своими словами, максимально просто и доступно. Очень скоро вы обнаружите места, которые не можете

объяснить простым языком. И не потому, что ребёнок слишком мал, а поскольку вы и сами не до конца понимаете, что происходит в этот момент.

Если у вас сразу получилось написать объяснение, перечитайте его ещё раз и поставьте под сомнение все моменты, которые кажутся вам нелогичными, запутанными и сложными. Попробуйте расписать их подробнее, чтобы ребёнок наверняка понял, о чём идёт речь.

Теперь дело за малым — осталось действительно разобраться во всех моментах, которые вы не понимали, и закончить своё объяснение.

Если у вас есть человек, не сведущий в теме, который согласится прочитать ваши объяснения, — ещё лучше. Он сможет задать вопросы по всем непонятным моментам и помочь вам ещё больше углубить свои знания.

Где применить метод Фейнмана

С помощью этого метода вы можете проверять любые знания: физические формулы, принципы работы различных устройств и функционирования живых организмов, экономические механизмы и многое другое.

Эта техника поможет не только в процессе обучения, но и во время работы. Например, можете применять её для подготовки докладов или презентаций. Простая речь всегда воспринимается и запоминается лучше, чем презентация, рассказанная сложным языком, с обилием специальных терминов и оборотов.

Метод Фейнмана поможет вам по максимуму упростить свой доклад и удостовериться в том, что его поймут все слушатели.