

## 学習効率：アウトプットを意識してインプットする

2020年01月31日 小槻峻司

アウトプットを意識してインプットする<sup>1</sup>事で、限られた時間を有効に使えます。限られた有限な時間の中で、学習効率を高めるための意識付けです。

例えば、センター試験の現代文ですが、問題文・記述文を読む前に、一度、設問文（問題）を読むことが推奨されたと思います。この場合では、「先に何を問われるか」を理解した上で記述文を読むことで、情報の取捨選択が格段に効率良くなります。小難しい英語の文章を読むときにも今でもありますが、1つ1つの言葉は拾って意味を取れても、文章全体としての意味が全く取れてない、みたいな経験は誰でもあると思います。また、理系の勉強でも、一つ一つの数式展開は追えても、結局何がしたくてその数式展開をしてるのかよく分からないってことも頻出します。先に求められるものが分かっていたら、1回文章を読んだ時に得られる情報量が格段に上がります。

仕事でも、最初からアウトプットを意識することで、情報の整理・整頓を図ることが出来ます。理研時代の個人的な経験ですが、上司から「気象予報業務をしたいから、取り方調べといて」と言われて、『気象予報業務・申請の手引き』なる長々とした手引書を読む時がありました（100P くらいで、資料としてはそれほど長くはない）。こういう時は、資料をまんべんなく読まずに、上司に「こういう書類・手続きを取る必要があります」というアウトプット（具体的なアクション）を意識して、必要な箇所を読む込む必要があります。当たり前ですね。おそらく、会社でも大学でも、上司から「この資料見て要約しといて」とみたいな仕事の振り方は、これからも頻出します。「読んでからまとめよう」とするよりは、「1回目でまとめるつもりで読んで、2回目読んで確認する」くらいが、一番入力情報の整理として効率が良いと思います。

難しいのは、「いつ問われるか分からない」「何が問われるかわからない」事が往々にしてあることです。勉強然り、読書然り。何かお気に入りの本を5冊思いついて、その本に書かれていた事を簡単に説明できるでしょうか？ これ、結構難しいと思います。自分で凄く感動したと思った本でも、それを要約するのは難しいのです。本を年に100冊読んで何も覚えてないより、大事だと思った本を1冊でも、ちゃんと要約して説明できる方が、学習効率は良い筈です（読書から何かを学びたいのであれば）。これも、感動した本は人に説明するとか、そういう体験で学習効率を高められると思います。

私の研究室の学生には、「普段のミーティングから、極力質問するように」指導します。あんまり指導という言葉は好きじゃないですが、これは強制します。授業でも学会でも会議でも、「質問しよう」と思って聴くと、その他大勢の気分で聞くより、真剣に話を聞けるようになります。理解が深まります。ここでも、アウトプット意識が生きてきます。アウトプット意識は、人生で得られる貴重な

---

<sup>1</sup>これは友人に教えてもらった概念です。2017年7月に富士山麓・24時間マラソンに出場した帰りに、車で関西に帰っていました。その際、「資料などを読むことはできるが、上手く説明できない」というある後輩の悩みに対する返答が、「アウトプットを意識してインプットする」でした。感動。

体験からの学習効率を高められる、簡単でお得な意識付けだと思っています。研究室の打ち合わせや、授業、読書など、身近な体験ところから試してみてください。自分の前傾姿勢に気が付くはずです。

#### 余談1

私は読書が好きなので、どうしたら読書からの学習効率を高められるかなと思って、色々工夫してきました。最終的に、面白いと思った本をブログにまとめる、という習慣化をすることで、読書からの学習効率が上がったという実感があります。以下はあくまでも参考に。

私のスタイルですが、1回目読むときは、大体センター現代文的な読書をしています。3色ボールペンを持って、大事そうな箇所はアンダーラインを引きながら作者の本筋を掴む努力をします。執筆側の立場を想像するとなんとなく分かりますが、多くの書籍では、伝えたいメッセージはそんなに多くないです。むしろ、主要メッセージを補強するための具体例・補強例の方が分量は多いです。1回目に本筋か枝葉かを見分けて、ブログにまとめる時に、本筋だけを読み返して要約するようにしています。また、2回読み返すことになるので、1回読み捨てるよりも学習効率は高い筈です。勉強でも、復習することによって習得率が上がるのと一緒です。所詮読書は趣味なので、ストイックにする必要がありません。私は好きだからやってるだけです。代わりに、面白くないと思った本は、途中で捨てるのは躊躇いません。

#### 余談2

とは言いつつ、私も要約は何時も出来る訳じゃありません。また、友人などを見渡しても、まとめ直しなんていう努力を払わなくても要約力が高い人間は沢山いる事も知っています。ただ、結局こういうのはトレーニング次第なので、要約する習慣で、結果的に要約力が身に付いてくるのだと思います。私もまだまだ、トレーニング中です。