



東京都庁舎の間近に位置する高層ビル。教育プロデューサーの出口汪さん(56)は、気さくな笑顔を浮かべながら、待ち合わせ場所に現れました。

出口さんは、予備校で20年以上教え、大教室を満杯にしてきた「カリスマ講師」。とかく感覚・センスの教科と言われがちな現代文で、論理の大切さを訴えてきました。論理力を習熟

勉強

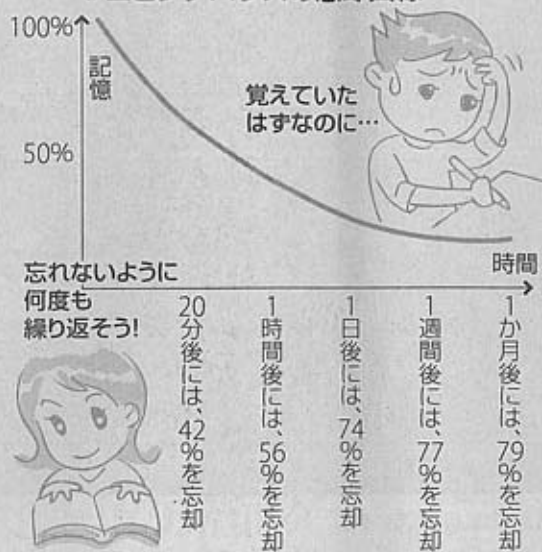
プラス

できる学校用プログラム「論理エンジン」の開発者としても知られています。出口さんに会ってみようと思ったのは、その著書『奇跡の記憶術』(フォレスト出版)を読んだから。論理と記憶は表裏一体として、「メタ記憶」という勉強法を提唱しています。

「私たちは、覚えることには一生懸命なのに、忘れることには鈍感。生徒は、かつて覚えたものをいつまでも覚えていと勘違いしがちだし、教師は、教えた

記憶法 ③ 忘れない方が大切

◆エビングハウスの忘却曲線



ことは覚えているはずだと思いがちです」
出口さんが例示したのは、ドイツの心理学者ヘルマン・エビングハウスによる忘却曲線でした。人は20分後には、覚えたことの42%も忘れてしまう。1時間後には56%、1日後には74%、1週間後に77%、1か月後には79%を忘却してしまうとの結果を、実験によって導き出しました。

忘却曲線から学ぶべきは、覚えるよりも忘れない方が大切だということ。ただがむしゃらに覚えても、すぐに忘れてしまう勉強法では意味がない。その典型が、一夜漬けです。
「忘れないためには、自身の記憶を客観的に把握し、自己管理することが求められます」と出口さん。メタ記憶へのレクチャーが始まりました。(保井隆之)