К279. До тренировки

Проверка	Отметка
Список короткий и понятный	[ ]
Выбран уже знакомый маршрут	[ ]
Места различаются	[ ]
Порядок устойчив	[ ]
Одна тема привязана к одной точке	[ ]
Ассоциации понятны лично мне	[ ]
В образах нет чувствительных данных	[ ]
Исходный ключ сохранён	[ ]

Мой маршрут	Список / дата / цель

К279. После попытки и встречи

Проверка	Отметка
Попытка выполнена без открытого ключа	[ ]
Подсказки отмечены отдельно	[ ]
Повторы не посчитаны новыми темами	[ ]
Пропуски сверены с ключом	[ ]
Слабая связь исправлена	[ ]
Новый результат не придуман заранее	[ ]
Ответы клиента записаны отдельно	[ ]
Память не подменяет качество разговора	[ ]

Пропуск / наблюдение	Что изменить / когда проверить

Учебный пример:5 тем из 6, пропущен приоритет. Возврат по ключу не считается успешной новой самостоятельной попыткой.

Источники и проверка

Dresler et al.,2017. Mnemonic training reshapes brain networks