



Чек-лист для получения любого навыка

Руководство к тому, как получить новое знание или навык.

- 1.** Изучить основы через простые видеоролики и лёгкие тексты в интернете.
- 2.** Узнать об опыте людей: личные знакомства (на тематических мероприятиях, среди знакомых), форумы и другое.
- 3.** Освоить теорию через книги, статьи, научные работы или рецензии на них.
- 4.** Регулярно заниматься, в сумме получив 20 часов практики или применения знания. Это могут быть самостоятельные занятия, занятия с преподавателем или по видеороликам.
- 5.** Провести дискурс на эту тему хотя бы с одним человеком.
- 6.** Знаю, умею, понимаю.

*Составлено на основе личного опыта и теоретических знаний. Зинаида Сокс

<https://www.instagram.com/zinaida.soks/>