(2) $2(x+3)^2-16=0$

$(x+3)$ を A とおく

$2A^2-16=0$

$2A^2=16$

$A^2=8$

$A=\pm 2\sqrt{2}$

2乗をはずす

$A^2=8$

$A=\pm\sqrt{8}$

$A=\pm 2\sqrt{2}$

2乗がなくなったので A を元に戻す

$x+3=\pm 2\sqrt{2}$

± のついた項は一番後ろにする

こたえ $x=-3\pm 2\sqrt{2}$

これ以上計算できないので
これで終了.