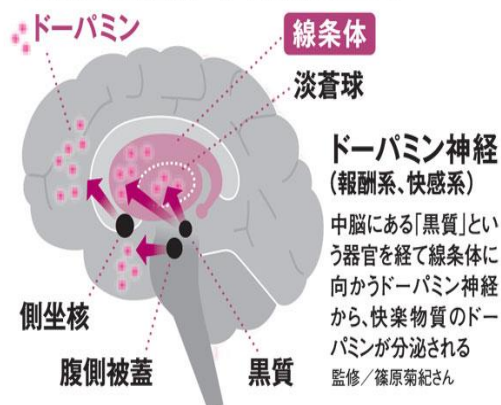


学生相談室たより 第43号 2024.7月

テスト、レポート、課題提出・・・皆さん、順調ですか？
毎年お伝えしている“やる気スイッチ”です。以下の図を参考にしてください。

行動と快感がやる気を生む



ポイントは、①**気分が乗らなくてもとりあえず**手を付けること、②**ほめる**ことです。
誰もほめてくれる人がいない、そんなときは、自分で自分に「うまいくってる」「順調だ」と言い聞かせながら、勉強を進めてください。ほめられると脳が刺激されて、もっとその行動を継続したくなります。“とりあえず”教科書を開き、ノートを開き、PCを開きましょう。

とはいえ、**何から手を付けたらよいかわからないほど困ってしまったら相談に来てください**ね。お待ちしております。

学生相談室開室日

7月8日(月)・18日(木)

8月の予定は、後日連絡いたします。

・学生支援課 TEL：027-329-8140・8141

Mail：gakuseika@ikuei-g.ac.jp

・保健室 TEL：027-329-8142

Mail：hokenshitsu@ikuei-g.ac.jp

*開室日等の変更はメールにて連絡いたします。