



勉強にやる気がない時がある

私も、勉強にやる気が出ない時があります。きっとみんなそうですよ。勉強は面倒だし、やる気なんて私は出たことすら無いかもしれません。主さんが今どのような状況にあるのか知らないので変に同情はしたくありませんが、勉強にやる気が出ないのは変なことでは無いと思います。もしも、勉強にやる気が出ない日々が何日も続くのであれば、1日5分だけ教科書を眺めてみたり読んでみることから始めて、少しずつ時間を増やしていけばいいと思います。参考にならないかもしれませんが、やってみてください。



勉強に対して、毎日24時間やる気があるという人の方が少ないと思うので大丈夫だと思います。どうしても勉強しないといけないのにできない時はとにかく机に向かってみてください。私は目に入るところにパソコンなどがあるとどうしても誘惑に負けてしまうので、机の上は勉強道具以外何も置かないようにしています。気持ちの切り替えが重要だと思います。参考になれば幸いです。



めっちゃわかります！
夏の暑さと世間のコロナのニュースもあって、ほんとにやる気出ませんよね。
正直、宿題も終わってない・・・。
自分は「1日少なくとも○時間」って決めてやっています！
勉強嫌ですが、お互い頑張りましょう！



僕もめんどくさいと思うけど、何かご褒美などを終わった時に自分で与えるなど、1日1ページと決めて終わらないとお菓子を食べないなど自分のルールを決めてからやるとやる気が出たりすると思います。



そうですね。
私の場合、やる気は一時的に出てきてすぐ引っ込んだりするのでよく分かります。
私のやる気スイッチを入れる方法は、
1, 30分程小説を読んだり、漫画やスマホを楽しむ。
2, スマホやタブレットで、勉強している間ストップウォッチをつけておく。
3, 一区切り(ワーク4ページでも👍)終わったらラップを押してストップウォッチを止める
4, ストップウォッチを見て、何分集中して勉強できたか、ということ意識して、達成感に浸る
5, 浸った後は、自分が勉強した時間、4分できたら4分自由時間と言うふうにするると私は効果大でした！



勉強にやる気がない時は、誰にでもあります。僕もあります。僕は色々考える前に、5秒数えます。人間は色々言い訳を考えます。考える前に、5秒数えてすぐ立ち上がったり、行動します。そうすると良いかもしれません。他は時間を決めて1分だけ勉強する時間を決めます。多分1分以上勉強すると思います。アラームはいりませんよ！

