



もうすぐ夏休みが終わってしまうが、  
夏休みの宿題が5個も終わっていない。徹夜でやることはわかっているが、集中力が途切れてしまい焦ってしまう💧  
それと同時に期末テストの危機感も出てきてしまった。😱  
こういう時って何をしたら心が切り替えられるんでしょうか？  
おそらくこの回答者が答えてくれる前に学校が始まっていて  
と思います。😓

音楽を聞いたり大熱唱するのオススメですよー!前向きになれる明るい曲調の音楽を全力で歌ったら、本当に心が軽くなります!歌う以外でも短い時間で出来る好きなことは気分転換に最高です!✨  
私も塾とかで忙しくて、26日時点で全教科終わってなかったけど、気合であと一教科まで頑張りました!一学期にワークとか結構進めてて過去の自分に救われてた笑  
テストもあるけどなんとか頑張らましょ〜👍



YOUTUBEで「勉強集中音楽」って調べたら出てくる、25分勉強5分休み間隔の音楽タイマーオススメです!

