

相談室だより

みなさん、こんにちは。学生相談室です。
あっという間に前期も後半になりました。今月末はいよいよテスト期間。
テストやレポートを乗り越えて、たのしい夏休みを過ごしましょう！

テストやレポートの準備.....
早めに取りかかろうと思っても、
やるのが漠然としているとな
かなか取り組めないもの...



簡単なところからやってみよう！

例えば「**テストの準備**」だったら、
範囲を端から順にやっていくのも
もちろん良い方法ですが、

- ①簡単に全体を把握する
- ②重要なことを把握する
- ③細かい内容を勉強する

...というように、優しい内容から小刻みに進めてみては？

「**レポート**」も同じように、
書くことを箇条書きしてみることは
はじめてみましょう。

階段をイメージして
計画を立てよう！

話してみようかな...と思ったら、ぜひ、学生相談室に来て下さい。
お待ちしております。

相談室利用時間：9時30分～18時（受け付けは17時15分まで）

7・8月の精神保健相談日

担当者：嘱託医 大野 高志 先生

日 時：7月25日（火）15：15～17：15
8月9日（水）15：15～17：15

場 所：学生相談室（保健センター隣）

月に1回精神科の先生との面接も行っています。
希望の方は、相談室まで予約にきてください。

