

「自分で決める力」を鍛えよう!!

大学生になると

自由度↑



=

**自分で決めねば
ならないことばかり**



この先のゼミ、サークル、アルバイト、就職、恋愛、友人や家族関係etc.のいろいろ… 悩んで決めることこそ自分の人生を生きることです。

👉「優柔不断で決めるのが苦手」な人も、意識して小さなことから**練習を続ける**と変化しますよ。

さあ、何を食べよう？アルバイトは何をしよう？

「100%の正解」
はない

自分の好みが
一番大事！
それ、好きor嫌い？

親や周りの
期待を気にし
過ぎ？

失敗は次の土台。今のうちに失敗から学ぶ力、起き上がる力もつけよう

「やらない・やめる・断る」も
大事な決断

誰かと話すと自分の考えが明確になります。相談室へもぜひどうぞ。

保健センター **相談室**



事務棟1F 教育支援課窓口の右側

TEL 0467-54-3818(直通)

月～金 9:30-16:30

相談は予約制(TELまたは来室にて申込)

相談内容は守秘義務により守られます