**Как заставить себя учиться, если все лень**

Каждый взрослый человек, как и ребенок, может иногда лениться, это вполне нормальное состояние. Проблема возникает, когда данное состояние становится постоянным.

Сталкиваться с подобным явлением приходилось многим учащимся. Как побороть апатию и заставить себя учиться, когда все лень и нет желания что любо делать?

* Самое первое – создайте соответствующие условия для того, чтобы вам хотелось трудиться и работать за учебниками. Ваше рабочее место должно быть достаточно комфортным, удобным и приятным.
* Письменный стол должен быть удобным. Уберите все предметы, которые могут мешать и отвлекать вас от занятий.
* Выделите время, в течение которого вы будете только учиться, и не заниматься другими делами.
* Попросите друзей и близких не беспокоить вас в эти часы, не звонить и не приходить в гости. Как только выполните все задания, вознаградите себя за старания и отдохните.

**Способы как заставить себя учиться на отлично**

Не знаете, как заставить себя учиться и делать уроки дома? Есть несколько **проверенных способов**:

* Выключите телевизор, компьютер и телефон в своей комнате.
* Закройте дверь и сделайте так, чтобы в комнате было тихо.
* Уберите от себя все предметы, которые могут отвлекать от уроков – развлекательные журналы, мобильный телефон, планшет.
* Перед тем, как садиться за уроки, отдохните и перекусите, чтобы не было повода прерывать занятия.
* Поставьте для себя конкретную цель – например, перестать списывать и начать полагаться только на собственные знания, хорошо закончить четверть, стать отличником и так далее.
* Найдите что-то увлекательное в каждом уроке, интересуйтесь новыми фактами, станьте любопытным.
* Осознайте, что после каждого выученного урока вы становитесь более образованным, умным, вы совершенствуетесь и развиваетесь – такое программирование помогает добиваться поставленных целей.
* Не стесняйтесь обращаться за помощью, если она вам требуется.
* Не бойтесь ошибаться, главное, не стоять на месте и действительно хотеть получать новые знания.