

So besiegst DU die Prüfungsangst - Workshop



Johanna Franke
(Lernbegleiterin)

DATUM/ UHRZEIT: 26.01.2022 / 14:00-15.30 - ORT: Inklusionsraum 146 (Neubau) - klassenübergreifend
Anmeldung: Bitte meldet euch per E-Mail bei mir an! franke.j21@fsg.lernsax.de



*Vor einer Prüfung nervös zu sein, ist normal.
Das Problem: Wenn aus dieser Anspannung richtige Angst wird, führt dies häufig dazu, im wichtigsten Moment zu versagen. Ein Patentrezept gegen Prüfungsangst gibt es nicht, dafür aber umso mehr Tipps und Tricks, die wir im Workshop gemeinsam erarbeiten wollen.*

Lasst uns die Ursachen für diese Emotionen besprechen, gemeinsam diskutieren und brainstormen und versuchen, die Gedankenmuster zu durchbrechen. Wir sitzen schließlich alle im selben Klassenzimmer!

Denkt bitte daran, dass es nicht schlimm ist, vor einer Prüfung aufgeregt zu sein. Im Workshop wollen wir gemeinsam dieses Thema besprechen, um euch einen entspannten Schulalltag zu ermöglichen!

Im nächsten Workshop wenden wir uns dann den richtigen und stressfreien Lerntechniken zu! Seid gespannt!