

**Zu dem Kurs „Prüfungsangst – was tun?“
melde ich mich an:**

Name _____

Anschrift _____

Telefon _____ E-Mail _____

Datum _____ Unterschrift _____

Ich ermächtige das Paul-Gerhardt-Haus, die Kursgebühr von meinem
Konto abzubuchen*.

Kontoinhaber _____

IBAN _____

Bank _____

Unterschrift Kontoinhaber/in

(* Das für die Abbuchung zusätzlich erforderliche SEPA-Formular
erhalten Sie am 1. Kurstag im PGH.)



Prüfungsangst – was tun?

Kurs über 4 Abende

Beginn: Dienstag, 10.04.18

19.30 – 22.15 Uhr

Wie schafft man Prüfungen trotz Prüfungsangst?
Steht eine Prüfung an und der "Kandidat" hat Prüfungsangst, so ist oft im ganzen Umfeld/ in der ganzen Familie "Strom unter der Tapete" - alle befinden sich im Stress. Dadurch wird die Prüfungsvorbereitung nicht gerade leichter.

Welche funktionierenden Lösungen gibt es, die dazu auch noch Spaß machen?
Nach einer Einführung besprechen wir die häufigsten Ursachen von Prüfungsangst und legen in den folgenden Kursabenden den Schwerpunkt auf die Entwicklung von funktionierenden individuellen Lösungen. D.h. wir spielen Prüfungssituationen durch, um sie souverän "zu bestehen". Dabei kann es sowohl um Beispiele in Ihrer Familie/ Ihrem Umfeld gehen wie auch um Ihre persönliche Prüfungsangst. Ziel ist es jeweils, funktionierende Lösungen zu entwickeln, die statt Stress sogar Freude machen - nach dem Motto: "Mit Humor und guter Vorbereitung durch die Prüfung!"

Termine:

Dienstag, 10.04.18
17.04.18
24.04.18
16.05.18
19.30 – 22.15 Uhr

Kursort:

Paul-Gerhardt-Haus
Ev. Familienbildungsstätte
An der Landwehr 63
46282 Dorsten

Gebühr:

68,- €

Leitung:

Frank Roelin, systemischer Berater, Coach

Anmeldung:

Paul-Gerhardt-Haus, Tel. 02362-71161 oder
online www.pgh-dorsten.de

