



Umgang mit Prüfungsangst und Lampenfieber

Kurs-Nr.: 061 004 08 01

Datum: 12.03.2008

Anmeldeschluss: 16.01.2008

► **Zielgruppe**

Nachwuchskräfte des LWL, die im nächsten Jahr ihre Abschlussprüfung haben

► **Voraussetzungen**

keine

► **Tagungsort**

Münster

► **Teilnehmerzahl**

12

► **Seminarziel**

Kennen Sie das Herzklopfen vor bzw. während einer Prüfung? Eine Prüfung ist für die meisten Menschen eine besondere Herausforderung. Bei der Zwischen- oder Abschlussprüfung ist die ganze Persönlichkeit gefordert. Der Lehrgang kann Ihnen helfen, sich optimal auf die Prüfung vorzubereiten und die Angst besser in den Griff zu bekommen.

► **Seminarinhalte**

- Was ist das Besondere an einer Prüfung / an einer Prüfungssituation?
- Welche Rahmenbedingungen sind bei einer Prüfung zu beachten und wie können diese optimal gestaltet werden?
- Wie äußert sich Prüfungsangst / Lampenfieber?
- Was sind die Ursachen?
- Welche Strategien gibt es, um die Prüfungsangst bzw. das Lampenfieber zu vermindern bzw. zu bewältigen?

► **Lehrmethoden**

- Lehrgespräche
- Übungen

► **Referent/in**

Frau Doris Erdmann, Diplom-Wirtschaftspädagogin, Olfen

► **Seminarpreis**

90,- Euro

► **Ansprechpartner/in**

Ina Neuenfeld, Tel.: 0251 591-3354