

HLA-NEWS

Datum: 04.02.2015

erstellt von: Frau Marahrens

**Mit positiven Gedanken Prüfungsängste in den Griff kriegen**

Ein vierstündiger Workshop zum Thema "Umgang mit Prüfungsangst" bot am Mittwochnachmittag die Gelegenheit, sich über Ursachen von Prüfungsängsten zu informieren, die Auswirkungen auf den eigenen Körper zu verstehen und zu lernen wie wir positive Gedanken nutzen können um Klausurenstress und Versagensängste zu bewältigen.

