



Prüfungs- und Schulangst

Vor und in Prüfungen und Bewertungssituationen erleben viele Menschen Ängste und unangenehme körperliche Reaktionen.

Typisch sind Symptome wie Herzklopfen, Schwitzen, Schlaflosigkeit, Zittern, Leere im Kopf, Magen-, Darm- und Blasenaktivierung, und sehr viel mehr. Selbst Wahrnehmungsstörungen können auftreten.

Ein bisschen Aufregung vor Situationen wie z.B. einer Examens- oder Führerscheinprüfung ist ganz normal und kann sogar hilfreich und anregend sein.

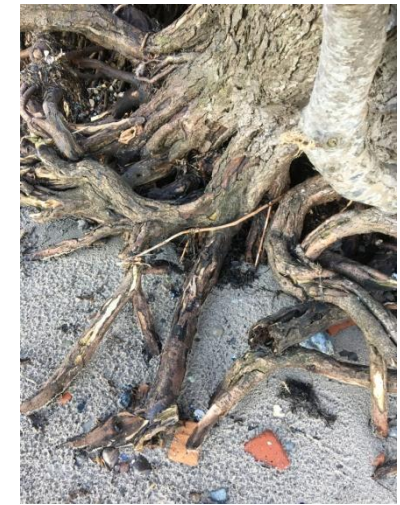
Problematisch wird es jedoch, wenn Sie die Prüfungen eben wegen der Angst davor nicht bestehen oder erst gar nicht erscheinen.



Claudia Schneekloth

Hypnosystemische Therapeutin Heilpraktikerin
für Psychotherapie
Psychologische Beraterin (VFP)
Ganzheitliche Ernährungsberaterin Mitglied im
Verband
Freier Psychotherapeuten, Heilpraktiker für
Psychotherapie und Psychologischer Berater
e.V.

Stand: 25.03.2019



Heilpraxis für Psychotherapie

Blackout –

Prüfungen bestehen

Mut zur Schule

Claudia Schneekloth

Methode

Die Herangehensweise über die unbewusste Ebene über hypnosystemische Methoden kann sehr hilfreich sein, denn schließlich zittern wir nicht bewusst oder entwickeln absichtlich hohen Blutdruck.

Wäre das so, könnten wir diese Symptome ja genauso schnell abstellen, wie wir sie generiert haben.

In diesem Kurs werden Strategien zum Umgang mit Prüfungs- und Schulängsten vermittelt und eingeübt.

Wir werden die Ängste genau unter die Lupe nehmen und unsere unbewussten Fähigkeiten daraus sichtbar und bewusst für uns nutzbar machen.

Wir werden auch klären, was in diesen Zeiten z.B. mit unserem Mut und der Zuversicht geschieht, und wie wir diese bewusst wieder aktivieren können.

Kurse

Teilnehmer ab 10 - 15 Jahre
5 Termine montags 15-18 Uhr

Teilnehmer ab 16 Jahre
5 Termine mittwochs 17-20 Uhr

Teilnehmer ab 16 Jahre
Kompaktkurs:
Freitag: 16 - 20 Uhr
Samstag: 9 - 16 Uhr
Sonntag: 9 - 16 Uhr

Kosten: 150,-€ je Kurs à 18 Stunden

Teilnehmeranzahl 5-10 Personen

Kontakt

Praxis:
Johannisstr. 19/20
37073 Göttingen
Telefon: 0551-3706860
clauschnee@t-online.de
psychotherapie-schneekloth.de.to

Konditionen

Die Teilnahmegebühr ist nach Erhalt der Rechnung, spätestens 14 Tage vor Seminarbeginn unter Angabe des Namens und des Seminars zu überweisen.

Anmeldungen werden in der Reihenfolge des Eingangs berücksichtigt.
Voraussetzung für das Zustandekommen des Seminars ist die angegebene Mindestteilnehmerzahl. Bei Ausfall des Seminars werden eventuell geleistete Teilnahmegebühren zurück-erstattet.

Ein Rücktritt von der Teilnahme am Seminar hat schriftlich zu erfolgen. Bis 10 Tage vor Seminarbeginn ist eine kostenfreie Stornierung möglich. Ab 5 Werktagen wird eine Stornogebühr von 30 % der Teilnahmegebühr erhoben.
Bei Rücktritt nach dieser Frist bzw. Nichtteilnahme ist die gesamte Teilnahmegebühr zu entrichten.

Mit der unterschriebenen Anmeldung erkläre ich mich mit den Teilnahmebedingungen der Heilpraxis Schneekloth einverstanden.