

Freie Plätze auf Anfrage

Präsenzveranstaltung

07.04.2025

# Azubi Fit: Prüfungsangst - Lerntyp erkennen und erfolgreich vorbereiten

Für alle Auszubildenden, die vor einer Prüfung stehen.

Die Prüfung steht an!

Die Hände fangen an zu zittern, der Puls rast und alle Antworten sind plötzlich aus dem Kopf verschwunden.

Wie kann man mit der Prüfungsangst umgehen? Wie reagiert man richtig damit die Angst nicht über den Kopf wächst?

In diesem Seminar werden Faktoren rund um die Prüfungsangst benannt, beleuchtet und besprochen. Für viele Beispielsituationen werden Möglichkeiten aufgezeigt sich anders zu verhalten. Ziel des Seminars ist es den jungen Teilnehmern mehr Sicherheit für ihre Prüfungssituationen zu geben.

## Inhalt:

- ⊗ Lerntyp erkennen
- ⊗ Lern- / Arbeitsstoff strukturieren und ordnen
- ⊗ Je besser vorbereitet, desto gelassener
- ⊗ Lernvorbereitungen und Lernstrategien
- ⊗ Besonderheiten einer Prüfungssituation
- ⊗ Prüfungsangst und Lampenfieber
- ⊗ Wie entsteht Prüfungsangst und wie gehe ich damit um?

## TERMIN

Beginn: 07.04.2025, 9:00 Uhr  
Ende: 07.04.2025, 16:30 Uhr

## GEBÜHR

125 €

## ANSPRECHPARTNER



Weiterbildung

**JENNIFER-JASMIN GEIBEN**

Tel.: 0651 9777-754  
geiben@trier.ihk.de

### ➤ weitere Informationen und Anmeldeöglichkeit

<https://weiterbildung.ihk-trier.de/seminare-lehrgaenge/?stichwort=azubi+fit%3A+pr%C3%BCfun>