

Elternabend „Prüfungsangst, wie kann ich meinem Kind helfen?“

Liebe Eltern,

Sie kennen es bestimmt alle von sich selbst oder auch von Ihren Kindern. Vor einer Prüfung steigt die Anspannung und je näher der Prüfungstermin rückt, desto größer wird die Nervosität. Ängste vor Prüfungen kennen viele und ein wenig Nervosität vor Klausuren und Referaten ist ganz normal und hat auch eine sinnvolle Komponente. Wird die Angst jedoch zu stark, kreisen die Gedanken meist nur noch um erwartete Misserfolge. Dadurch können körperliche Symptome auftreten wie beispielsweise ein flauer Magen oder Kopfschmerzen. Unter diesen Umständen fällt es schwer, in der Prüfungssituation sein volles Potenzial zu entfalten, sogenannte Blackouts können entstehen und die Angst kann sich manifestieren.

Bei unserem Elternabend soll es, neben einem theoretischen Einblick in die verschiedenen Facetten von Angst, um die Frage gehen, wie Sie als Eltern Ihre Kinder bei Prüfungsängsten unterstützen können. Gemeinsam wollen wir mit Ihnen nach praxisnahen und hilfreichen Strategien für Ihre Kinder schauen.

Referent*innen:

Oliver Staab, Schulpsychologe im Zentrum für Schulpsychologie Düsseldorf
Lisa Kaltwasser, Schulpsychologin im Zentrum für Schulpsychologie Düsseldorf

Der Elternabend findet am 24.10 um 17:30 Uhr in der Aula der Georg-Schulhoff-Realschule statt.

Bitte melden Sie sich an unter:

01638932209 oder

Scarlet.simons@drk-duesseldorf.de

Oder geben Sie Ihrem Kind den Zettel mit:

Ja () ich nehme am Elternabend teil.

Name:

Klasse:

Unterschrift: