

Prüfungsangst und Ängste bei Jugendlichen (ab der 5.Klasse)

Inhalt

Jugendliche mit Angststörungen erleben die Schule als große Herausforderung. Sie zeigen nicht die Leistungen, die sie tatsächlich erbringen könnten, haben körperliche Beschwerden und fehlen oft in der Schule. In dieser Fortbildung geht es darum, Jugendliche mit einer Angstproblematik rechtzeitig zu identifizieren und zu unterstützen. Es werden Strategien vorgestellt, die in relativ kurzer Zeit das Angstniveau der Jugendlichen stabilisieren können.

Themenschwerpunkte sind außerdem:

- Denkprozesse in der Adoleszenz verstehen
- Häufige Herausforderungen bei der Psychoedukation von Schüler*innen
- Grenzen der Unterstützung: Hilfsangebote außerhalb der Schule
- Gruppenarbeit als effektive Unterstützung

Der Ansatz wurde gezielt für die Beratung in Schulen konzipiert.

Dauer

3 Stunden

Anmeldung über unser [digitales Anmeldeformular](#)
oder per Mail an schulberatung@kreis-re.de

