

Anmeldung per E-Mail an:

schulpsychologie@stadt-hagen.de

Weitere Infos hier:



Online-Workshop 1:

Prüfungsangst *mit*

*Für Schüler*innen
ab der 8. Klasse*

Entspannter in die Klausuren:

- Angst in Prüfungen? Warum ist das eigentlich so?
- Was kann ich tun, um bei Arbeiten/ Klausuren ein wenig entspannter und mutiger zu sein?
- Tipps, Tricks und Übungen erwarten dich.

Do, 16.09. oder

Di, 16.11.

jeweils 16:30-18:00 Uhr

In einer knackigen Stunde lernt ihr:

- Techniken und Methoden zum effektiven Lernen
- Gedächtnisstrategien
- Anregungen für eine bessere Selbststrukturierung
- Tricks, um die eigene Motivation zu stärken

Do, 23.09. oder

Mo, 29.11.

jeweils 16:30-17:30 Uhr

Online-Workshop 2:

Lernen lernen

*Für Lehrkräfte &
Schüler*innen
ab der 8. Klasse*

Online-Workshop 3:

Glücksgefühle

*Für Schüler*innen
ab der 8. Klasse*

Immer nur Stress? - Nö!

- Stressige Phasen hat jeder ab und zu. Aber wie kann ich gleichzeitig gute Gefühle stärken?
- Woher bekomme ich neue Energie?
- Spannende Infos und Übungen, um die eigenen Kraftquellen besser kennenzulernen.

Di, 05.10. oder

Do, 02.12.

jeweils 16:30-18:00 Uhr