



Ondersteuning bij faalangst

Voor wie: leerlingen met ongezonde spanning bij toetsen

Op het Anna van Rijn College gaat de mentor in gesprek met leerlingen die opvallen vanwege spanning bij toetsen. Leerlingen uit de 1^e en 2^e klas kunnen een faalangstreductietraining krijgen. Tijdens schooltijd en met een klein groepje leerlingen leer je dan omgaan met spanning rond toetsen.

We hebben ook een training 'omgaan met examenstress' voor examenleerlingen.

Onze doelen:

- Leerlingen hebben vertrouwen in zichzelf als ze een toets maken.
- Leerlingen leren zich te ontspannen.

