

Faalangst de Baas

RLO

“Al bij het uitdelen van het proefwerk voelde ik dat het mis zou gaan. Het zweet brak mij uit en mijn handen trilden. De eerste tien minuten kon ik geen woord op papier krijgen. Het leek wel of ik alles vergeten was. En ik had me zo goed voorbereid. Uiteindelijk kreeg ik het proefwerk maar voor de helft af.”

Sommige leerlingen ervaren zoveel spanning wanneer ze ‘moeten presteren’, dat ze daardoor allerlei klachten krijgen: zowel lichamelijk als geestelijk. Wanneer ‘er niet uit komt, wat erin zit’ en kinderen overmatig piekeren en/of heftige lichamelijke reacties optreden rondom ‘presteren’, kan er sprake zijn van faalangst.

Omdat het Rijnlands Lyceum deze leerlingen graag verder helpt, bestaat de mogelijkheid voor deze leerlingen om de training te volgen: “Faalangst de Baas.” Voor de training wordt geen eigen bijdrage van ouders gevraagd. Lees hieronder meer informatie over de training en hoe u uw kind kunt aanmelden.

There is only
one thing that
makes a D R E
A M impossible
to achieve:
fear of failure

Aanmelden

U kunt uw kind aanmelden via de mentor van uw kind.

Contact

Hebt u verder nog vragen? Neem gerust contact op met de mentor van uw kind. Voor overige informatie neem contact op met onze zorgcoördinator:
Mevrouw Verhoog:
h.verhoog@rijnlandslyceum-rlo.nl

De Training

Leerlingen die meedoen aan de training “Faalangst de Baas” leren in 6 bijeenkomsten hoe ze beter om kunnen gaan met hun spanningen en onzekerheden, zodat ze met meer vertrouwen de resterende schooljaren in gaan. De training wordt gegeven door een ervaren psycholoog en trainer verbonden aan het Rijnlands lyceum.

Hoe wat waar?

Wat zijn de kosten?

Het Rijnlands lyceum biedt deze training kosteloos aan.

Wanneer is de training?

De training bestaat uit 6 bijeenkomsten die wekelijks gegeven worden op het Rijnlands lyceum op een roostervrije middag in januari/februari. Exacte tijden en informatie volgt na aanmelding.

Welke onderdelen komen aan bod in training?

Tijdens de training “Faalangst de Baas” leren leerlingen in 6 bijeenkomsten dat ze invloed hebben op hun gedachten, lichaamsreacties en gevoelens. Daarnaast worden slechte studiegewoonten aangepakt en worden leerlingen meer bewust van hun kwaliteiten.