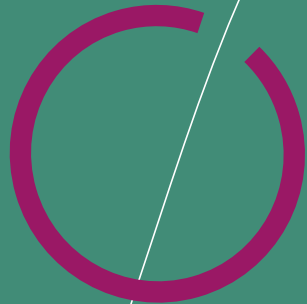


MONDAY IN TRANCE



eine Veranstaltung der GHYPS
weitere Infos und Anmeldung

→ www.hypnose.ch



Gesellschaft für klinische Hypnose
und Hypnotherapie Schweiz

Société d'Hypnose Clinique Suisse

MO

14.11.2022

ZEIT 18.30 – 21 h

MONDAY IN TRANCE
eine Veranstaltung der GHYPS
weitere Infos und Anmeldung

→ www.hypnose.ch

Hypnose bei Prüfungsstress

Prüfungen stellen vielfältige Anforderungen: In der Vorbereitungsphase bedarf es eine gute Planung und Selbststeuerung bei der Umsetzung des Lernplans. Direkt vor und während der Prüfung braucht es Fähigkeiten, u.a. mit starken Emotionen umzugehen und sich zu fokussieren. Selbsthypnose kann die Schüler:innen und/oder Studierenden unterstützen, sich besser zu steuern, um Stress und Blockaden zu verhindern.

An diesem Montagabend erhalten Sie einen theoretischen und praktischen Einblick in die vielseitigen Themen rund um den Prüfungsstress und erfahren, wie Selbsthypnose zu einer guten Prüfungsvorbereitung und einem günstigeren Prüfungsverhalten beitragen kann.

Referentin – Dr. Letizia Gauck, eidg. anerkannte Psychotherapeutin, Fachpsychologin für Kinder- und Jugendpsychologie FSP, Leiterin des Zentrums für Entwicklungs- und Persönlichkeitspsychologie (ZEPP) der Universität Basel.

Ort

Karl der Grosse, Kirchgasse 14,
8001 Zürich

Kosten inkl. Apéro riche

CHF 70.–
CHF 40.– Student:innen (Ausweis
notwendig)

Teilnehmer:innen

max. 35 mit Online-Anmeldung

Weiterbildung

Wird angerechnet als Selbst-
erfahrung (3 Einheiten)

Referentin

Dr. Letizia Gauck, Fachpsychologin für
Kinder- und Jugendpsychologie FSP