

Prüfungsangst / Prüfungsstress

Prüfungsstress und Prüfungsangst haben meistens eine tiefere Ursache.

Mit Hilfe der Meridianbehandlung, systemischer Arbeit und weiteren Techniken spüren wir die Ursache auf und bauen sie ab.

Negative Glaubenssätze werden zusätzlich aufgespürt, umgeschrieben und als positive Sätze ersetzt und verankert.

-wie sichert man den Informationsaustausch zwischen beiden Gehirnhälften

-Stresspunkte

Einen Teil dieses Programms wird in meiner Praxis durchgeführt, der andere Teil wird mit einer genauen Anleitung als Hilfe zur Selbsthilfe mit nach Hause gegeben und wird zu Hause weiter durchgeführt.

Wichtig ist, dass diese neue positive Situation, neu abgespeichert und eingeübt wird, damit es langfristig erfolgreich und beständig bleibt.

