

The logo consists of the word "ask!" in a bold, purple, sans-serif font, enclosed within a white speech bubble with a green border. The speech bubble has a tail pointing towards the top right.

ask!



Training

Fit für die Prüfung

## Sicher an die Prüfung

Leiden Sie unter Aufschieberitis? Haben Sie Mühe, einen Lernplan zu erstellen und einzuhalten? Haben Sie manchmal Null-Bock auf Lernen? Sind Sie vor Prüfungen nervös und haben Angst davor? Oder kommt es während der Prüfung sogar zu Blackouts? Dann ist unser Training das Richtige für Sie.

Das Ziel des Trainings ist, Sie fit für die Prüfung zu machen, damit Sie cool bleiben können. Fachleute unterstützen und begleiten Sie dabei.

### Inhalte

- Motivation zum Lernen finden
- Lernplan erstellen und einhalten
- Passende Lernstrategien finden
- Umgang mit Nervosität und Angst

### Für wen ist dieses Training?

Berufslernende und Kantons- und Mittelschüler:innen mit Wohnsitz oder Ausbildungsort im Kanton Aargau

Das Training dauert zweimal zwei Stunden und ist kostenlos.

### Kursorte

ask! – Beratungsdienste für Ausbildung und Beruf

- Herzogstrasse, 1, 5000 Aarau
- Schmiedestrasse 13, 5400 Baden

Kursdaten und weitere Informationen:  
[beratungsdienste.ch/pruefung](https://beratungsdienste.ch/pruefung)

