



FOKUS MATURA 2026

Mehr als Lernen - Zukunft gestalten

1 Unser erster Abend →

- Kennenlernen und Austausch der eigenen Lernerfahrungen
- Selbstwert stärken
- Ziele definieren

2 Zweites Treffen →

- Selbstmotivation und Selbststeuerung
- Mythos Lerntypen?
- Konzentration steigern

3 Dritte Arbeitsrunde →

- Zeitmanagement
- Prioritäten setzen
- To-Do Listen und andere Möglichkeiten
- Wie wichtig sind Pausen?
- Kennst du Aufschieberitis?

4 Vierter Abend →

- effektive Lernstrategien
- optimale Lernumgebung

5 Fünftes Treffen →

- Prüfungsangst
- Fehlerkultur
- Growth Mindset

6 Unser sechster Austausch →

- Theaterpädagogische Übungen zur Vorbereitung der mündlichen Matura
- Präsentationstechniken
- Raus aus der Komfortzone

7 Siebter Abend →

- Prüfungsvorbereitung
- Lernen unter Druck

Immer Teil jedes Abends

- versch. Entspannungstechniken
- Übungen zur Konzentrationsförderung
- Integration frühkindlicher Reflexe
- versch. Atemtechniken
- Zeit für offene Fragen
- Aufgaben für die Woche
- What's App Gruppe

Lass uns handeln: Fragen und Anmeldung unter 0664/445 10 50 oder barbaralehner1@gmail.com

Wir freuen uns auf dich!

Roswitha & Barbara

Mag. Roswitha Druckenthaner und Barbara Lehner

Entspannt ins Maturajahr!



FOKUS MATURA 2026

Mehr als Lernen - Zukunft gestalten



Mag. Roswitha Druckenthaner

Professorin Oberstufe
Theaterpädagogin
Systemischer Coach
Supervisorin



Barbara Lehner

LernCoach
Mentaltrainerin
HypnoseCoach
body'n brain Trainerin

Preis:

EUR 495,00

+ optional
2 Einzelcoachings (ca. 80 Min.)
EUR 282,00

Fragen und Anmeldung unter
0664/445 10 50 oder barbaralehner1@gmail.com

0664/511 4 228 oder
coaching@roswitha-druckenthaner.at
www.roswitha-druckenthaner.at

Begrenzte Teilnehmerzahl



Bis bald!

Roswitha & Barbara

Entspannt ins Maturajahr!