



---

**Mündliche Reifeprüfung im Schuljahr 2023/24**

**Gegenstand: Mentales Training**

**Klasse(n): 8ab**

**Lehrperson(en): Johannes Schaflechner**

**Themenbereiche:**

1. Psychologische und neurobiologische Basis
2. Kognitive Methoden und Zielerreichung
3. Das Selbstbild und innere Stärke
4. Kommunikation, Teams und Beziehung
5. Persönlichkeitsentwicklung und Emotionen
6. Denken und Realität
7. Inspiration, Wünsche, Träume und Visionen
8. Zeit und Flow - Performance ohne Erschöpfung

abgegeben am: 27.11.2023

Prüferin/Prüfer: Johannes Schaflechner