

fit for life

kann sein wie...

zu einem Forscherteam zu gehören,
welches die Aufgabe hat, sich selber
besser kennen zu lernen, um den
Kontakt mit anderen Menschen
möglichst fruchtbar zu gestalten.

Ziele des Fit for Life:



Selbstkontrolle und Ausdauer:

Somit ist es unerlässlich unangemessenes Verhalten durch Selbstkontrolle zu modifizieren, da:

- Problematisches Verhalten durch Selbstverbalisation – als eine Form von Selbstkontrolle – verzögert und damit in seinen negativen Auswirkungen reguliert werden kann
- Massive Verhaltensstörungen langfristig nur durch veränderte Selbstverstärkungen geändert werden können
- Eine hohe Selbstbezogenheit auf Grund falscher Selbstverstärkung zu einer Verweigerungshaltung führen können. Diese können in einem Fit for Life Training gezielt bearbeitet werden (konstruktives Feedback, vergleichen des Verhaltens mit Gleichaltrigen, Diskussionen, Rollenspiele mit Perspektivenwechsel,)
- Massive Arbeits- und Verhaltensstörungen auch entscheidend von Umweltfaktoren beeinflusst werden (zum Beispiel: der Einfluss von Gleichaltrigen auf delinquentes Verhalten) und diese nur durch Autonomie des Jugendlichen, wie sie durch Selbstkontrolle zu realisieren ist, im Fit for Life Training gegen gesteuert wird.

