

# 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:



### **Selbstsicherheit und stabiles Selbstbild:**

Viele Studien unterstreichen die Bedeutung des Selbstbildes des Jugendlichen für seine soziale Entwicklung. Unter dem Selbstbild werden alle Vorstellungen und Bewertungen des Jugendlichen über die eigene Person verstanden.

