

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:



Einfühlungsvermögen:

Unter Einfühlungsvermögen versteht man die Fähigkeit, sich in die Lage des anderen zu versetzen. Volland (1995) sieht eine klare Beziehung zwischen der Herausbildung von Einfühlungsvermögen und prosozialem Verhalten (Hilfsverhalten).

Hains (1984) zeigt auf, dass delinquente Jugendliche oft gleichzeitige Mängel im Einfühlungsvermögen, der moralischen Urteilsfähigkeit und beim Lösen sozialer Probleme aufwiesen.

Goldstein und Michaels (1985) sind die soziale Wahrnehmung, soziale Einstellungen und Einfühlungsvermögen eng mit einander verbunden. Die beiden gehen davon aus, dass bei einem Training sozialer Fähigkeiten und Fertigkeiten mit Jugendlichen das Einfühlungsvermögen ein zentrales Ziel darstellt.

Im Fit for Life Training wird dieses Ziel durch Rollenspiele und Videorückmeldung erreicht. Es wird dem Jugendlichen zuerst die neu zu erwerbende Fähigkeit vorgestellt (zum Beispiel: mimisches Ausdrucksverhalten verstehen). Als nächster Schritt werden in zum Thema passenden Rollenspielen mit Rollentausch durchgeführt.

Der gewünschte Effekt dieses Training ist eine verbesserte Fähigkeit zur sozialen Rollenübernahme, ein höheres Maß an Empathie und Akzeptanz für individuelle Unterschiede bei den Teilnehmern.