

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:

ERKLÄRUNG



Interpretation:

Falsche Ursachenerklärungen rühren mitunter von Wahrnehmungsverzerrungen her. Dies konnte beispielsweise bei straffällig gewordenen Jugendlichen in mehrdeutigen Situationen beobachtet werden. Oft wird in solchen Situationen die Schuld dem Interaktionspartner zugeschrieben (so genannte externe, personen-zentrierte Ursachenklärung). Diese fehlerhafte Informationsverarbeitung zeigt sich vor allem, wenn eine Bedrohung für die eigenen Person gesehen wird.

Bei depressiven Jugendlichen wurde häufig beobachtet, dass positive Ereignisse, aus ihrer Sicht, weniger durch ihr eigenes Zutun zustande kommen, sondern durch glückliche Zustände oder Zufall. Depressive Jugendliche erwarten weniger gute Leistungen und bewerten sich schlechter als unauffällige Jugendliche, obwohl objektiv kein Leistungsunterschied zu erkennen ist. Hier bietet das Fit for Life Training eine Unzahl an Möglichkeiten konstruktives Feedback zu geben.

