



Der Mensch steht in einem dauerhaften Austauschprozess zwischen sich und seiner Umwelt

Menschen wollen sich als „wirksam“ erleben

Das Verhalten wird durch mögliche Konsequenzen/ Folgen oder Belohnungen/ Strafen beeinflusst

Menschen werden durch Erwartungen motiviert

Selbstwirksamkeitserwartung ist der Schlüssel jeder Handlungsmotivation

.. wird auch als Konsequenzerwartung bezeichnet

Förderung der Selbstwirksamkeit unserer Teilnehmenden



	1 <i>Handlung</i>	2 <i>Aufrechterhaltung</i>	3 <i>Wiederherstellung</i>
Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten und Kompetenzen	Änderung des eigenen Verhaltens und des Widerstands gegen mögliche Hindernisse	Aufrechterhaltung des geänderten Verhaltens	Wiederaufnahme des Verhaltens nach einmaliger oder mehrfacher nichtgelungener Umsetzung
Einsatz	Ohne diese Form entsteht keine Bewegungsabsicht	Kommt bei unvorhergesehenen Schwierigkeiten zum Tragen	situative oder Umweltbarrieren bei Misserfolgen und Frust