

D a s M o d e l l g u t e s L e b e n

Was ist das „Good Lives Model“?

Das „Good Lives Model“ geht von der Voraussetzung aus, dass alle Menschen ähnliche Ziele im Leben haben und dass das Begehen von Straftaten im Zusammenhang mit Versuchen steht, diese Ziele zu erreichen. Straftaten als Mittel zum Erreichen von Lebenszielen schaden aber anderen Menschen und führen auch zu anderen gravierenden Problemen im Leben. Das „Good Lives Model“ hilft Menschen die Beziehung zwischen ihrem bisherigen straffälligen Verhalten und ihren Lebenszielen zu verstehen, und wie sie ihre Lebensziele erreichen sowie ein erfüllendes Leben führen können, ohne anderen zu schaden.

Allgemeine Lebensziele

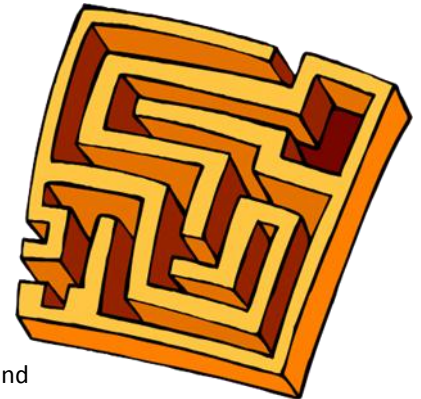
Individuelle Vorstellungen davon, was ein gutes Leben ausmacht, sind unterschiedlich. Es gibt aber eine Reihe von Lebenszielen, die die meisten Menschen teilen. Lediglich wie wichtig jedes einzelne dieser unterschiedlichen Ziele genommen wird, bestimmt was die höchste Bedeutung im individuellen Leben hat. Diese Ziele schließen Folgendes ein:

- Gesundheit und Sicherheit
- Beziehungen und Freundschaften
- innerer Friede
- Glücklich sein / Genuss
- Gut sein in dem was ich tue; entweder beim Hobby oder bei der Arbeit oder beides
- Lernen und Wissen in Bereichen, die uns interessieren
- Unabhängigkeit (d.h. Kontrolle über das eigene Leben)
- Bedeutung im Leben haben
- Verbundenheit
- Kreativität

Als Menschen, streben wir alle nach einigen oder allen dieser Ziele in unseren Leben. Jedoch manchmal erleben wir Probleme bei unseren Versuchen diese Ziele zu erreichen.

Probleme beim Erreichen unsers guten Lebens.

Die Suche nach Erfüllung unserer Lebensziele ist, als ob wir unseren Weg durch einen Irrgarten finden müssen. Manchmal geraten wir in Sackgassen und stehen vor Herausforderungen. Anstatt korrekt unseren Weg durch den Irrgarten zu navigieren, kann es verlockend sein, Abkürzungen zu nehmen, um zu erreichen was wir haben wollen. Diese Abkürzungen können Drogen, Straftaten und Gewaltausübung sein. Obwohl diese Abkürzungen uns vielleicht schnelle Befriedigung geben, bringen sie viele längerfristige Nachteile mit sich. Diese Nachteile bringen uns weiter weg von unseren Zielen und unserem guten Leben. Zum Beispiel könnte jemand mit Beziehungsproblemen in einem verzweifelten Versuch die Beziehungen zu retten (d.h., eine Abkürzung zu nehmen) Gewalt anwenden. Der Augenblick könnte ein kurzes Gefühl der Befriedigung erzeugen, jedoch sind die langfristigen Folgen für die Person und deren Opfer weit entfernt davon befriedigend zu sein.



Wie kann das „Good Lives Model“ mir oder jemandem, der mir wichtig ist, helfen?

Je mehr Abkürzungen wir nehmen, desto verirrt im Irrgarten werden wir uns fühlen. Psychologen, Sozialarbeiter, Bewährungshelfer und andere können Menschen helfen, sich durch den Irrgarten zu navigieren, indem sie einige der Ursachen der Abkürzungen behandeln oder lösen. Auch Freunde und Familie können helfen, indem sie ihren Angehörigen andere Möglichkeiten zeigen, Ziele zu erreichen, ohne andere zu verletzen und weitere Probleme auszulösen. Das „Good Lives Model“ hilft Menschen zu erkennen, wie sie ihr Leben gestalten wollen und wie sie dies erreichen können ohne anderen Menschen zu schaden.