

icommit



DESISTCARDS

Resource-oriented cards
for counseling

modus | zad

icommit



**The DesistCards were
developed within the icommit
project by modus|zad &
designed by Sandra Treisbach.**



For more information,
please visit our website
or contact us:

<https://modus-zad.de/>

іcommit

ОДНОСИ И ПРИПАДНОСТ

— Преглед —



ПРЕГЛЕД

- Потекло на семејството
- Партнерство и деца
- Пријатели
- Заедница
- Услуги за поддршка



icommit

ИНДИВИДУАЛЕН РАЗВОЈ

— Преглед —



ПРЕГЛЕД

- *Мотивација за приклучување*
- *Мотивација за заминување*
- *Карактеристики на личноста*
- *Рефлексивност*
- *Идентитет*
- *Емоции*
- *Верувања и вредности*
- *(Ментална) благосостојба*
- *Родова перспектива*
- *Изглед*



icommit

ПРАКТИЧЕН ЖИВОТ

— Преглед —



ПРЕГЛЕД

- *Домашна средина*
- *Образовно/стручно оспособување*
- *Вработување*
- *Финансиска состојба*
- *Слободни активности и активности кои те исполнуваат*



icommit

ПРЕДИЗВИЦИ

— Преглед —

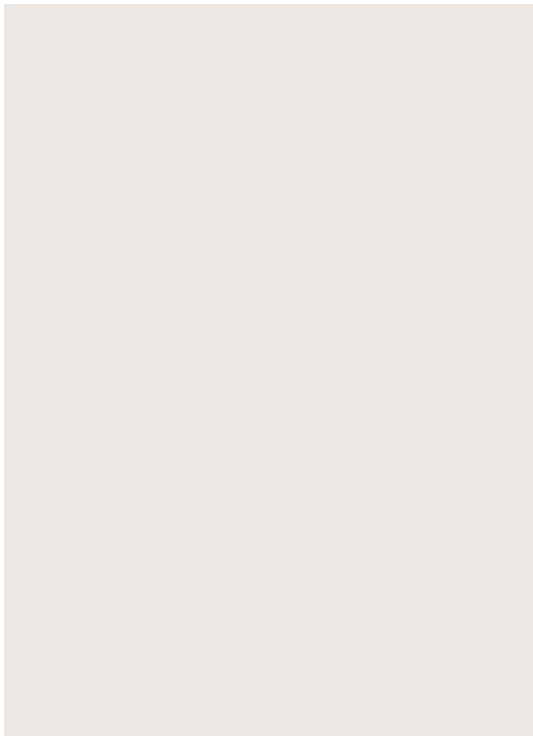


ПРЕГЛЕД

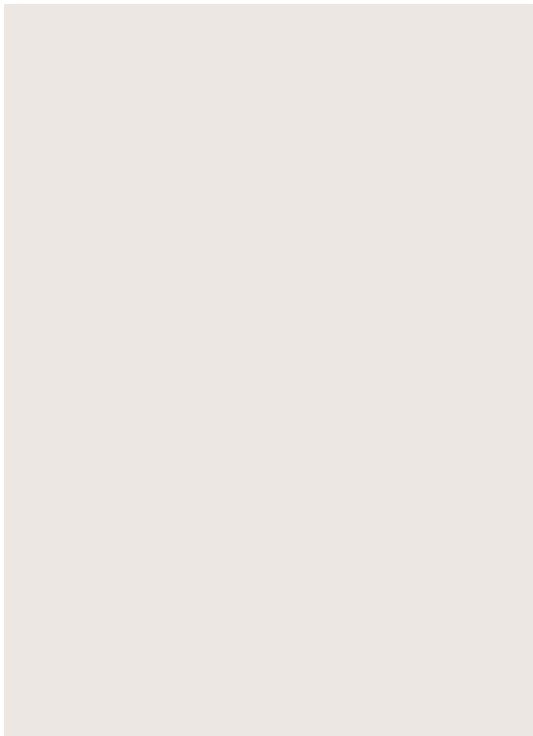
- *Контакт со групата (членовите)*
- *Одмазда*
- *Консумација на алкохол и супстанции*
- *Административни пречки*
- *Загуби*
- *Криминално и насилно однесување*
- *Стигматизација*
- *Обвинителство и затвор*



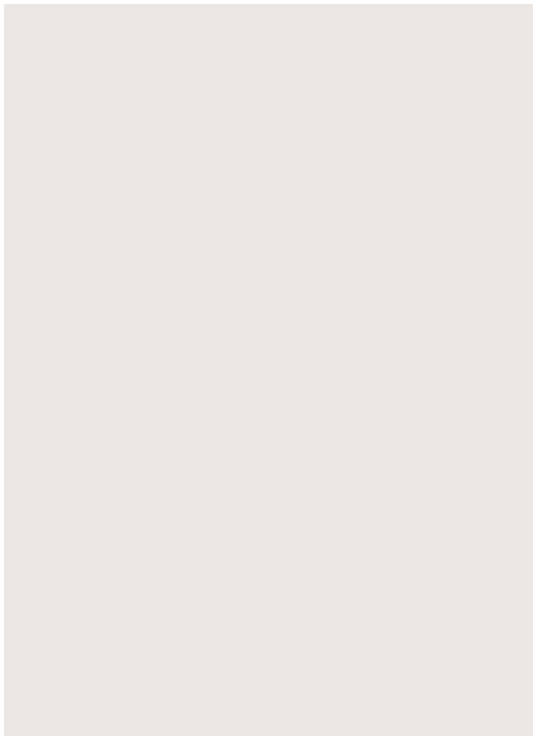
icommit



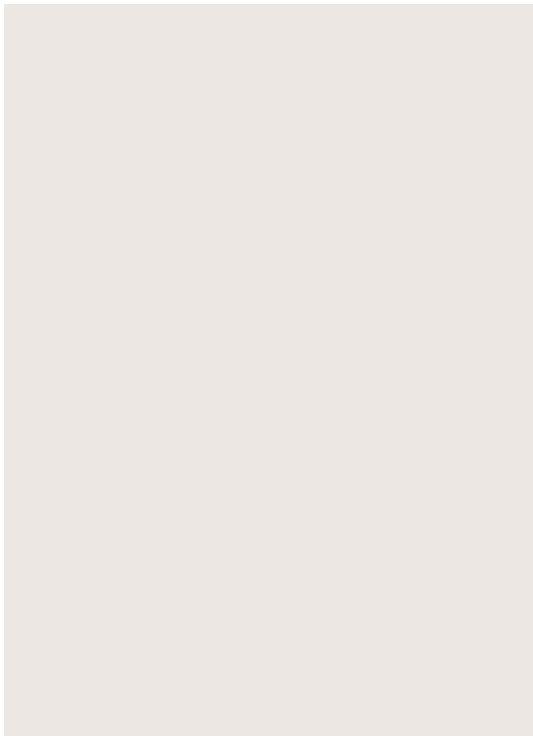
icommit



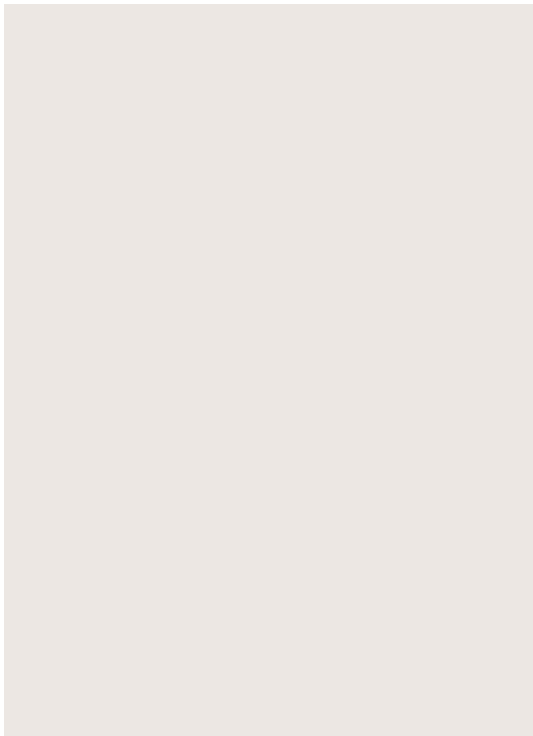
icommit



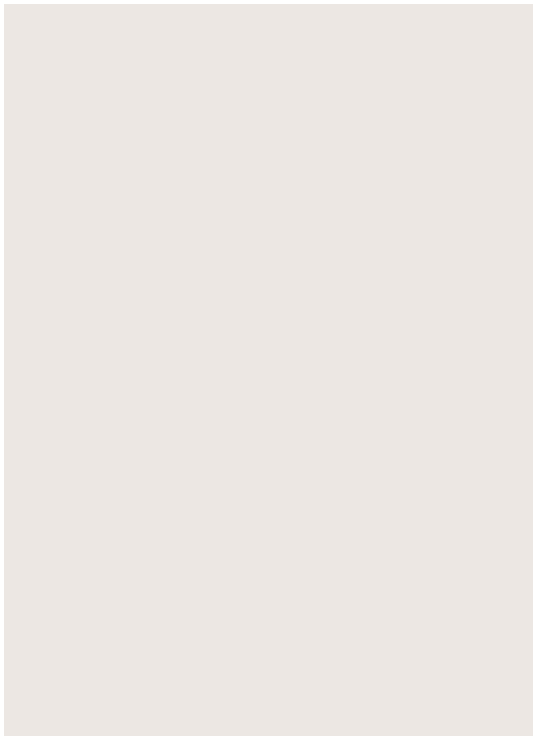
icommit



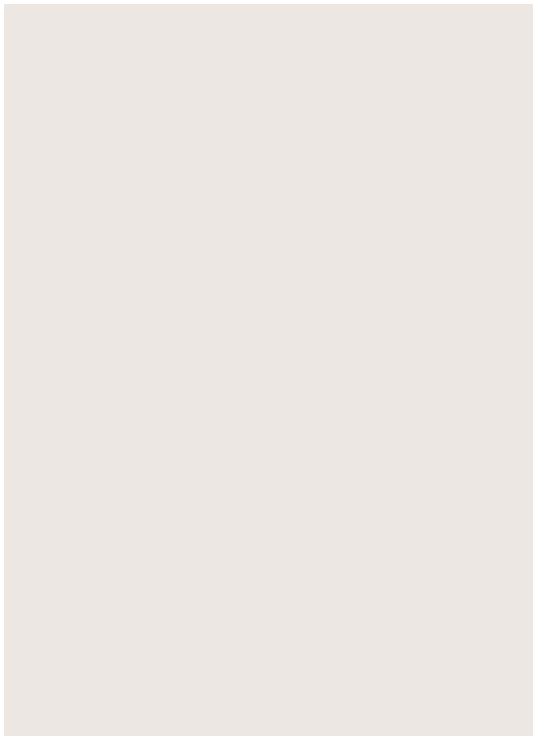
icommit



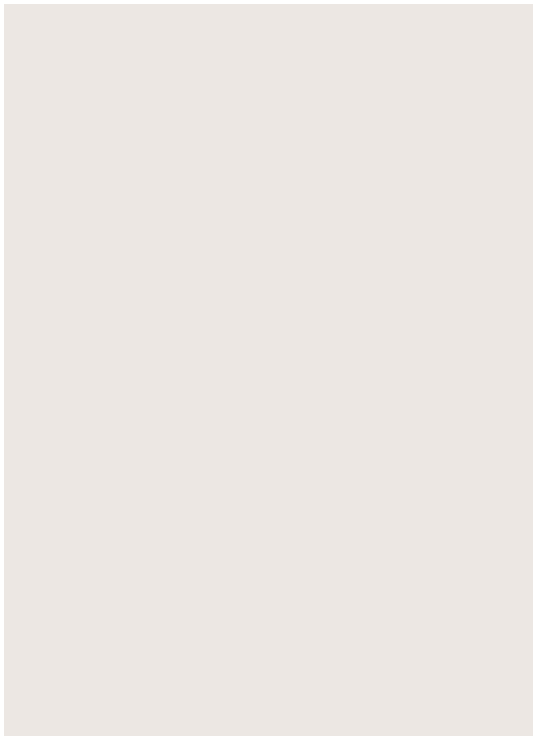
icommit



icommit



icommit



icommit

ПОТЕКЛО НА СЕМЕЈСТВОТО

— Односи и припадност —



ПОТЕКЛО НА СЕМЕЈСТВОТО

- *Кого го гледаш како дел од твоето семејство?*
- *Како би ја опишал/а врската со твоето семејство (членовите)?*
- *Како би сакал/а да биде твојот однос со членовите на твоето семејство?*



icommit

ПАРТНЕРСТВО И ДЕЦА

— Односи и припадност —



ПАРТНЕРСТВО И ДЕЦА

- *Каква е твојата семејна состојба? Дали имаш партнер или дете?*
- *Каква би сакал/а да биде твојата партнерска/семејна состојба?*



icommit

ПРИЈАТЕЛИ

— Односи и припадност —



ПРИЈАТЕЛИ

- *Кои се твоите пријатели? Што имате заедничко?*
- *Како би ја опишал/а твојата улога во групата (со еден збор)?*
- *Што им посакуваш на твоите пријатели?*



icommit

ЗАЕДНИЦА

— Односи и припадност —



ЗАЕДНИЦА

- *Дали си вклучен/а во одредена заедница/група?*
- *Со која група најмногу би се идентификувал/а?*
- *Дали постои група/заедница во која би сакал/а да бидеш дел од неа?*



icommit

УСЛУГИ ЗА ПОДДРШКА

— Односи и припадност —



УСЛУГИ ЗА ПОДДРШКА

- *Со кои служби за поддршка (на пр. младински работник за социјална заштита, адвокат, лекар, социјален работник) си во контакт?*
- *Како би го опишал/а контактот со тие услуги за поддршка? Дали ти се корисни?*
- *Која (професионална) поддршка дополнително би ти била потребна или ја посакуваш?*



icommit

МОТИВАЦИЈА ЗА ПРИКЛУЧУВАЊЕ

— Индивидуален развој —



— Индивидуален развој —

МОТИВАЦИЈА ЗА ПРИКЛУЧУВАЊЕ

- *Што те натера да се приклучиш во групата/идеологијата?*
- *Кои придобивки и позитивни искуства те задржаа во групата/те натераа да се придржуваш на идеологијата?*
- *Што те спречуваше да ја напуштиш групата/идеологијата?*



icommit

МОТИВАЦИЈА ЗА ЗАМИНУВАЊЕ

— Индивидуален развој —



— Индивидуален развој —

МОТИВАЦИЈА ЗА ЗАМИНУВАЊЕ

- *Која е твојата мотивација да ја напуштиш групата/идеологијата зад себе?*
- *Поради кого и од кои причини сакаш дополнително да се дистанцираш?*



icommit

КАРАКТЕРИСТИКИ НА ЛИЧНОСТА

— Индивидуален развој —



— Индивидуален развој —

КАРАКТЕРИСТИКИ НА ЛИЧНОСТА

- *Кога размислуваш за себе, кои позитивни особини од твојата личност ти доаѓаат на памет?*
- *Кои се твоите особини на личноста што би сакал/а да ги промениш?*



icommit

РЕФЛЕКСИВНОСТ

— Индивидуален развој —



— Индивидуален развој —

РЕФЛЕКСИВНОСТ

- *Во споредба со минатото, како се промени твоето размислување и однесување?*
- *Како ги објаснуваш одредени ситуации кои се случиле во минатото?*
- *Кое друго објаснување или размислување би можел/а да имаш за ова?*



icommit

ИДЕНТИТЕТ

— Индивидуален развој —



— Индивидуален развој —

ИДЕНТИТЕТ

- *Како се гледаш себеси? Дали тоа е во согласност со она како другите би можеле да те гледаат?*
- *Како би сакал/а да те гледаат?*
- *Кој/а би сакал/а да бидеш?*



icommit

ЕМОЦИИ

— Индивидуален развој —



— Индивидуален развој —

ЕМОЦИИ

- *Во кои ситуации имаш силни емоции?*
- *Како се справуваш со тие емоции?*
- *Како би сакал/а да се справиш со твоите емоции?*



icommit

ВЕРУВАЊА И ВРЕДНОСТИ

— Индивидуален развој —



— Индивидуален развој —

ВЕРУВАЊА И ВРЕДНОСТИ

- *Кои вредности се важни за тебе?*
- *Зошто тие вредности се важни за тебе?*
- *Какви ефекти имаат овие вредности врз тебе? До кое однесување и размислување водат овие вредности?*



icommit

**(МЕНТАЛНА)
БЛАГОСОСТОЈБА**

— Индивидуален развој —



icommit

— Индивидуален развој —

(МЕНТАЛНА) БЛАГОСОСТОЈБА

- *Како се чувствуваш генерално?*
- *Како би сакал/а да се чувствуваш?*
- *Што треба да се случи, за да се чувствуваш онака како што сакаш да се чувствуваш?*



icommit

РОДОВА ПЕРСПЕКТИВА

— Индивидуален развој —



— Индивидуален развој —

РОДОВА ПЕРСПЕКТИВА

- *Со кој пол се идентификуваш, зошто и што е тоа што го прави ова важно за тебе?*
- *Дали си размислувал/а како твојот пол влијае на твојот живот? (Одлуките што ги носиш? Што другите луѓе очекуваат од тебе и гледаат во тебе? Како луѓето се однесуваат со тебе?)*
- *Што мислиш за улогата на родот во екстремистичката група?*



icommit

ИЗГЛЕД

— Индивидуален развој —



ИЗГЛЕД

- *Како би сакал/а другите да те перципираат во однос на твојот изглед? Дали сакаш да искажеш нешто со твојот изглед?*
- *Дали нешто од твојот изглед беше или е поврзано со екстремистичката група/идеологија?*
- *Дали има нешто во врска со твојот изглед што би сакал/а да го промениш или веќе си го променил/а?*



icommit

ДОМАШНА СРЕДИНА

— Практичен живот —



ДОМАШНА СРЕДИНА

- *Како се чувствуваш во твојата моментална животна состојба?*
- *Што ти се допаѓа, а што не ти се допаѓа во неа?*
- *Што сакаш да промениш?*



icommit

**ОБРАЗОВНО/
СТРУЧНО
ОСПОСОБУВАЊЕ**

— Практичен живот —



ОБРАЗОВНО/СТРУЧНО ОСПОСОБУВАЊЕ

- *На која образовна/стручна програма си запишан/а и што ти се допаѓа во неа?*
- *На која образовна/стручна програма би сакал/а да се запишеш?*
- *Кои чекори треба да ги преземеш за да ги достигнеш твоите цели во однос на твојата образовна/стручна обука?*



icommit

ВРАБОТУВАЊЕ

— Практичен живот —



ВРАБОТУВАЊЕ

- *Како се чувствуваш во врска со твоето сегашно вработување?*
- *Што ти се допаѓа во твојата работа?*
- *Каква работа би сакал/а да имаш? Кои позитивни ефекти таа работа може да ги има врз тебе?*



icommit

ФИНАНСИСКА СОСТОЈБА

— Практичен живот —



ФИНАНСИСКА СОСТОЈБА

- *Како се чувствуваш во однос на твојата моментална финансиска состојба?*
- *Кои се твоите цели во однос на твојата финансиска состојба и како би сакал/а да ги постигнеш?*



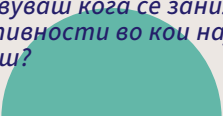
icommit

**СЛОБОДНИ
АКТИВНОСТИ И
АКТИВНОСТИ КОИ
ТЕ ИСПОЛНУВААТ**

— Практичен живот —



СЛОБОДНИ АКТИВНОСТИ И АКТИВНОСТИ КОИ ТЕ ИСПОЛНУВААТ

- *Кои слободни активности и активности кои те исполнуваат ти се допаѓаат?*
 - *Како сакаш да се опуштиш?*
 - *Со кое хоби или активност би сакал/а да се занимаваш?*
 - *Какви позитивни ефекти чувствуваш кога се занимаваш со активности во кои најмногу уживаш?*
- 

icommit

**КОНТАКТ
СО ГРУПАТА
(ЧЛЕНОВИТЕ)**

— Предизвици —



КОНТАКТ СО ГРУПАТА (ЧЛЕНОВИТЕ)

- *Дали сè уште си во контакт со луѓе од екстремистичката мрежа?*
- *Зошто ти се допаѓа/допаѓаше контактот со нив?*
- *Како тоа влијае на процесот на напуштање на твојот поранешен начин на живот?*



icommit

ОДМАЗДА

— Предизвици —



ОДМАЗДА

- *Што чувствуваше за луѓето со кои си бил/а во контакт додека беше активен/на во групата?*
- *Каква им беше реакцијата на поранешните пријатели/членови на групата кога се дистанцираше од нив?*
- *Дали некој ти се закануваше на тебе или на твоите блиски затоа што реши да го промениш начинот на твојот живот?*



icommit

КОНСУМАЦИЈА НА АЛКОХОЛ И СУПСТАНЦИИ

— Предизвици —



КОНСУМАЦИЈА НА АЛКОХОЛ И СУПСТАНЦИИ

- *Како се чувствуваш во врска со твоите навики за пиење и/или конзумирање на дрога?*
- *Кои позитивни и негативни ефекти ги чувствуваш поради тоа?*
- *Што би сакал/а да промениш во однос на твоето конзумирање? Што би ти помогнало за ова?*



icommit

АДМИНИСТРАТИВНИ ПРЕЧКИ

— Предизвици —



АДМИНИСТРАТИВНИ ПРЕЧКИ

- *Какви пречки имаш во однос на државните власти или административните тела?*
- *На кој начин тоа влијае врз тебе?*
- *Што би ти помогнало во врска со ова?*



icommit

ЗАГУБИ

— Предизвици —



ЗАГУБИ

- *Што ти недостасуваше откако го остави зад себе твојот поранешен начин на живот? (на пр. пријатели, извори на приход, социјален статус, моќ, ориентација, поддршка, чувство на припадност, почит)*
- *Како се чувствуваш поради овие загуби?*
- *Што би ти помогнало да ги заздравеш/надминеш овие загуби?*



icommit

**КРИМИНАЛНО
И НАСИЛНО
ОДНЕСУВАЊЕ**

— Предизвици —



КРИМИНАЛНО И НАСИЛНО ОДНЕСУВАЊЕ

- *Како се чувствуваш поради твоето криминално и/или насилничко однесување?*
- *Кои се причините за твоето криминално и/или насилничко однесување?*
- *Дали има нешто што би сакал/а да промениш во однос на твоето криминално и/или насилничко однесување? Што би ти помогнало да ја направиш промената?*



icommit

СТИГМАТИЗАЦИЈА

— Предизвици —



СТИГМАТИЗАЦИЈА

- *Дали чувствуваш дека луѓето те третираат поинаку поради твојот (поранешен) начин на живот/твоите постапки/убедувања?*
- *Како тоа те прави да се чувствуваш?*
- *Како реагираш на ова?*
- *Што би ти помогнало да се справиш со тоа?*



icommit

ОБВИНИТЕЛСТВО И ЗАТВОР

— Предизвици —



ОБВИНИТЕЛСТВО И ЗАТВОР

- *Како влијае гонењето/
затворањето врз тебе?*
- *Кои позитивни и негативни
ефекти можеш да ги видиш во
твоео гонење/затворање?*
- *Што може да ти помогне за да
се справиш со твоео гонење/
затворање?*

