icommit

DESISTCARDS

Resource-oriented cards
for counceling

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/

icommit

RELAȚII ȘI APARTENENȚĂ

prezentare generală

icommit

Relații și apartenență

PREZENTARE GENERALĂ

- ***Familia de origine***
- ***Parteneriat și copii***
- ***Prieteni***
- ***Comunitate***
- ***Servicii de suport***

icommit

DEZVOLTARE INDIVIDUALĂ

prezentare generală

icommit

Dezvoltare individuală

PREZENTARE GENERALĂ

- *Motivația de a te implica*
- *Motivația de a pleca*
- *Trăsături de personalitate*
- *Reflectivitate*
- *Identitate*
- *Emoții*
- *Credințe și valori*
- *Stare generală de bine*
- *Aspecte de gen*
- *Înfățișare*

icommit

VIAȚA PRACTICĂ

prezentare generală

icommit

Viața practică

PREZENTARE GENERALĂ

- ***Mediu de acasă***
- ***Educație/ Instruire vocațională***
- ***Angajare în muncă***
- ***Situația financiară***
- ***Activități de timp liber și relaxare***

icommit

PROVOCĂRI

prezentare generală

icommit

Provocări

PREZENTARE GENERALĂ

- ***Contactul cu membrii mișcării extremiste***
- ***Răzbunarea***
- ***Consumul de alcool și substanțe***
- ***Provocări administrative***
- ***Pierderi***
- ***Comportamentul infracțional și violent***
- ***Stigmatizare***
- ***Condamnarea și detenția***

icommit

icommit

icommit

icommit

icommit

icommit

icommit

icommit

icommit

FAMILIA DE ORIGINE

Relații și apartenență

icommit

Relații și apartenență

FAMILIA DE ORIGINE

- *Cine consideri că face parte din familia ta?*
- *Cum ai descrie relația pe care o ai cu membrii familiei tale?*
- *Cum ți-ai dori să fie relația ta cu membrii familiei tale?*

icommit

PARTENERIAT ȘI COPII

Relații și apartenență

icommit

Relații și apartenență

PARTENERIAT ȘI COPII

- *Care este situația ta familială? Ai un partener de viață sau copii?*
- *Cum ți-ai dori să fie situația ta familială/de parteneriat?*

icommît

PRIETENI

Relații și apartenență

icommît

Relații și apartenență

PRIETENI

- *Cine sunt prietenii tăi? Ce aveți în comun?*
- *Cum ai descrie rolul tău în grupul de prieteni (într-un cuvânt)?*
- *Ce ți-ai dori legat de prietenii tăi?*

icommit

COMUNITATE

Relații și apartenență

icommît

Relații și apartenență

COMUNITATE

- *Ești implicat într-o comunitate anume?*
- *Cu care grup te-ai identifica cel mai mult?*
- *Există un grup/comunitate din care ți-ai dori să faci parte?*

icommit

SERVICII DE SUPORT

Relații și apartenență

icommit

Relații și apartenență

SERVICII DE SUPORT

- *Cu ce servicii de suport (de exemplu, asistent social, psiholog, avocat) ești în contact?*
- *Cum ai descrie contactul cu aceste servicii de suport? Le consideri utile?*
- *Ce tip de suport suplimentar (profesional) ai nevoie/ți-ai dori?*

icommit

MOTIVAȚIA DE A TE IMPLICA

Dezvoltare individuală

icommit

Dezvoltare individuală

MOTIVAȚIA DE A TE IMPLICA

- *Ce te-a determinat să te implici în mișcarea/ideologia extremistă?*
- *Ce beneficii și experiențe pozitive te-au determinat să rămâi implicat în mișcarea/ideologia extremistă?*
- *Ce te-a împiedicat să părăsești mișcarea/ideologia extremistă?*

icommit

MOTIVAȚIA DE A PLECA

Dezvoltare individuală

icommit

Dezvoltare individuală

MOTIVAȚIA DE A PLECA

- *Care este motivația ta de a părăsi mișcarea/ideologia extremistă?*
- *Pentru cine și din ce motive vrei să te distanțezi mai mult?*

icommit

TRĂSĂTURI DE PERSONALITATE

Dezvoltare individuală

icommit

Dezvoltare individuală

TRĂSĂTURI DE PERSONALITATE

- *Când te gândești la tine, ce trăsături de personalitate pozitive îți vin în minte?*

- *Care sunt trăsăturile tale de personalitate pe care ți-ai dori să le schimbi?*

icommit

REFLECTIVITATE

Dezvoltare individuală

icommit

Dezvoltare individuală

REFLECTIVITATE

- *Comparativ cu trecutul, cum s-au schimbat gândirea și comportamentul tău?*
- *Cum explici anumite situații care au avut loc în trecut?*
- *Ce alte explicații și perspective ar putea exista?*

icommit

IDENTITATE

Dezvoltare individuală

icommit

Dezvoltare individuală

IDENTITATE

- *Cum te vezi pe tine însuți? Imaginea ta este în concordanță cu modul în care te-ar vedea alții?*
- *Cum ți-ai dori să fii văzut?*
- *Cine ți-ai dori să fii?*

icommît

EMOȚII

Dezvoltare individuală

icommit

Dezvoltare individuală

EMOȚII

- *În ce situații ai emoții puternice?*
- *Cum faci față acestor emoții?*
- *Cum ai vrea să-ți gestionezi emoțiile?*

icommit

CREDINȚE ȘI VALORI

Dezvoltare individuală

icommit

Dezvoltare individuală

CREDINȚE ȘI VALORI

- *Care sunt valorile importante pentru tine?*
- *De ce sunt aceste valori importante pentru tine?*
- *Care sunt efectele acestor valori asupra ta? La ce comportamente și gândire duc aceste valori?*

icommit

STARE GENERALĂ DE BINE

Dezvoltare individuală

icommit

Dezvoltare individuală

STARE GENERALĂ DE BINE

- *Cum te simți în general?*
- *Cum ai vrea să te simți?*
- *Ce trebuie să se întâmple pentru ca tu să te simți așa cum îți dorești?*

icommit

ASPECTE DE GEN

Dezvoltare individuală

icommit

Dezvoltare individuală

ASPECTE DE GEN

- *Cu ce gen te identifici, ce este important pentru tine din acestă perspectivă şi de ce?*
- *Te-ai gândit vreodată cum genul tău îți influențează viața? (deciziile pe care le-ai luat, ceea ce așteaptă ceilalți de la tine și cum te tratează ceilalți?)*
- *Ce părere ai despre rolurile de gen din lumea exptremistă?*

icommît

ÎNFĂȚIȘARE

Dezvoltare individuală

icommit

Dezvoltare individuală

ÎNFĂȚIȘARE

- *Cum ai vrea să fii perceput de ceilalți (în ceea ce privește înfățișarea ta)? Vrei să exprimi ceva cu ajutorul aspectului tău?*

- *Există sau a existat ceva legat de înfățișarea ta în raport cu ideologia/ lumea extremistă?*

- *Există ceva ce ai vrea să schimbi legat de înfățișarea ta, sau este ceva ce ai schimbat deja?*

icommît

MEDIU DE ACASĂ

Viața practică

icommit

Viața practică

MEDIU DE ACASĂ

- *Cum percepi condițiile tale de locuire?*
- *Ce îți place și ce nu îți place în legătură cu locuința ta?*
- *Ce vrei să schimbi?*

icommit

EDUCAȚIE/ INSTRUIRE VOCAȚIONALĂ

Viața practică

icommit

Viața practică

EDUCAȚIE/ INSTRUIRE VOCAȚIONALĂ

- *În ce program educațional/ vocațional ești înscris și ce îți place la el?*
- *În ce program educațional/ vocațional ai vrea să te înscrii?*
- *Ce pași trebuie să urmezi pentru a-ți atinge obiectivele legate de educația/ instruirea ta vocațională?*

icommit

ANGAJARE ÎN MUNCĂ

Viața practică

icommit

Viața practică

ANGAJARE ÎN MUNCĂ

- *Cum te simți în ce privește locul tău de muncă actual?*
- *Ce îți place la locul tău de muncă?*
- *Ce fel de job ai vrea să ai? Ce efecte pozitive ar avea acest job asupra ta?*

icommit

SITUAȚIA FINANCIARĂ

Viața practică

icommit

Viața practică

SITUAȚIA FINANCIARĂ

- *Cum te simți în legătură cu situația ta financiară actuală?*

- *Care sunt obiectivele tale în legătură cu situația ta financiară și cum ai vrea să le atingi?*

icommit

ACTIVITĂȚI DE TIMP LIBER ȘI RELAXARE

Viața practică

icommit

Viața practică

ACTIVITĂȚI DE TIMP LIBER ȘI RELAXARE

- *Care sunt activitățile de timp liber sau de relaxare care îți plac?*
- *Cum îți place să te relaxezi?*
- *Ce hobby sau activități ai vrea să ai?*
- *Ce efecte pozitive simți când te dedici activităților care îți aduc cel mai mult plăcere?*

icommit

CONTACTUL CU MEMBRII MIȘCĂRII EXTREMISTE

Provocări

icommit

Provocări

CONTACTUL CU MEMBRII MIȘCĂRII EXTREMISTE

- *Mai păstrezi legătura cu persoane din rețeaua extremistă?*
- *De ce îți place/plăcea contactul cu ei?*
- *Cum te afectează legătura cu ei, în ceea ce privește planul tău de a începe o viața nouă?*

icommit

RĂZBUNAREA

Provocări

icommit

Provocări

RĂZBUNAREA

- *Cum te simți în legătură cu persoanele cu care te-ai aflat în contact în timp ce erai activ în mișcarea radicală?*
- *Cum a fost reacția foștilor prieteni/membri în legătură cu plecarea ta?*
- *Te-a amenințat cineva pe tine, sau persoanele apropiate ție, pentru că ai decis să-ți schimbi viața?*

icommît

CONSUMUL DE ALCOOL ȘI SUBSTANȚE

Provocări

icommit

Provocări

CONSUMUL DE ALCOOL ȘI SUBSTANȚE

- *Ce simți în legătură cu modelele tale de consum de alcool și/sau substanțe?*
- *Care sunt efectele pozitive și negative pe care le simți din cauza acestui consum?*
- *Ce ai dori să schimbi în legătură cu consumul tău de substanţe? Ce te-ar ajuta în acest sens?*

icommit

PROVOCĂRI ADMINISTRATIVE

Provocări

icommit

Provocări

PROVOCĂRI ADMINISTRATIVE

- *Ce obstacole ai în relația cu autoritățile sau instituțiile administrative?*
- *Cum te afectează acest lucru?*
- *Ce te-ar ajuta să faci față acestor obstacole (dacă este cazul)?*

icommit

PIERDERI

Provocări

icommit

Provocări

PIERDERI

- *Ce ai pierdut de când ai renunțat la stilul tău de viață anterior? (de exemplu, prieteni, surse de venit, statut social, putere, direcție, sprijin, sentiment de apartenență, respect)*

- *Cum te simți în legătură cu aceste pierderi?*

- *Ce te-ar ajuta să te vindeci/să depășești/să te adaptezi la aceste pierderi?*

icommit

COMPORTAMENTUL INFRACȚIONAL ȘI VIOLENT

Provocări

icommit

Provocări

COMPORTAMENTUL INFRACȚIONAL ȘI VIOLENT

- *Ce simți în legătură cu comportamentul tău antisocial și/sau violent?*
- *Care sunt motivele comportamentului tău antisocial și/sau violent?*
- *Există ceva ce ai dori să schimbi în legătură cu comportamentul tău antisocial și/sau violent?*
- *Ce te-ar ajuta să faci acest lucru posibil?*

icommit

STIGMATIZARE

Provocări

icommit

Provocări

STIGMATIZARE

- *Simți că oamenii te tratează diferit din cauza stilului tău de viață anterior/acțiunilor/condamnărilor tale penale?*
- *Cum te face asta să te simți?*
- *Cum reacționezi la aceste reacții?*
- *Ce te-ar ajuta să faci față mai bine părerilor pe care oamenii le au despre tine?*

icommit

CONDAMNAREA ȘI DETENȚIA

Provocări

icommit

Provocări

CONDAMNAREA ȘI DETENȚIA

- *Cum te afectează condamnarea și închisoarea?*
- *Care sunt efectele pozitive și negative pe care le poți identifica în urma condamnării și a încarcerării tale?*
- *Ce te-ar ajuta să faci față condamnării și detenției?*