

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/>

îcommit

RELAȚII ȘI APARTENENȚĂ

— prezentare generală —



îcommit

— Relații și apartenență —

PREZENTARE GENERALĂ

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



îcommit

DEZVOLTARE INDIVIDUALĂ

— prezentare generală —



îcommît

— 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*



îcommît

VIAȚA PRACTICĂ

— prezentare generală —



îcommît

— Viața practică —

PREZENTARE GENERALĂ

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



îcommît

PROVOCĂRI

— prezentare generală —



îcommit

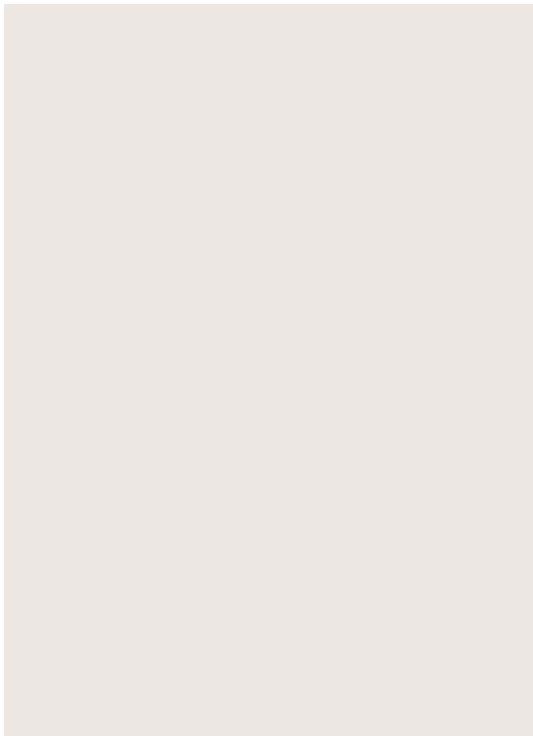
— Provocări —

PREZENTARE GENERALĂ

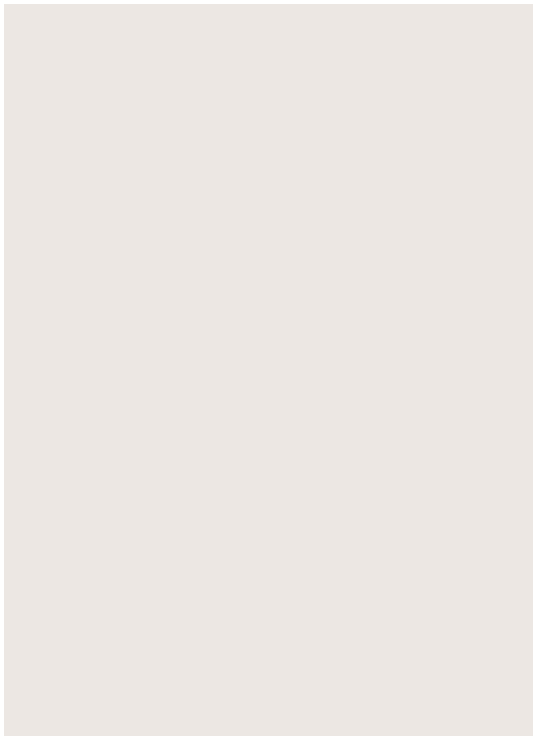
- *Contactul cu membrii mișcării
extremiste*
- *Răzbunarea*
- *Consumul de alcool și substanțe*
- *Provocări administrative*
- *Pierderi*
- *Comportamentul infracțional și
violent*
- *Stigmatizare*
- *Condamnarea și detenția*



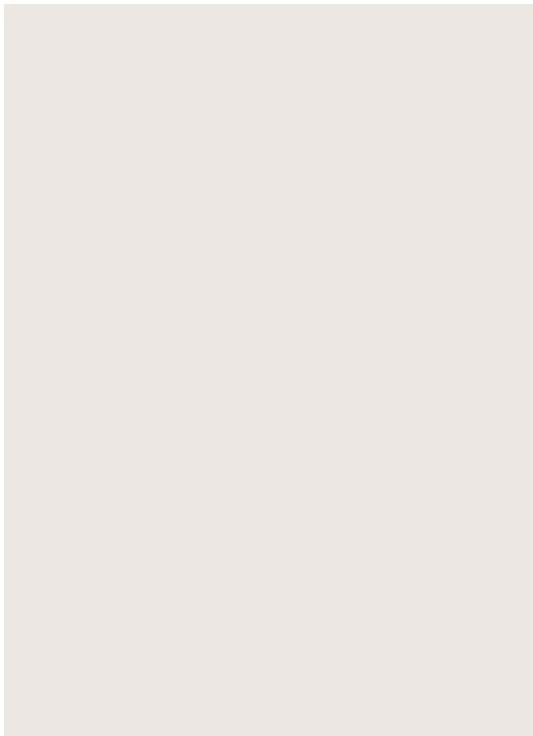
icommit



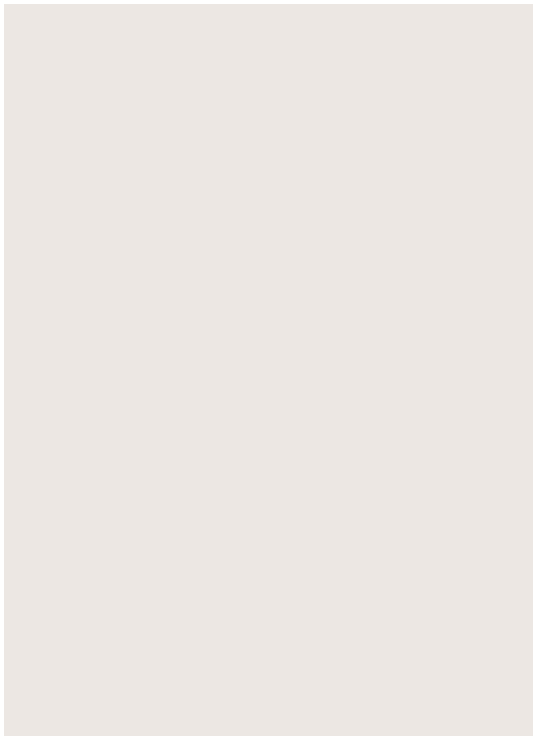
icommit



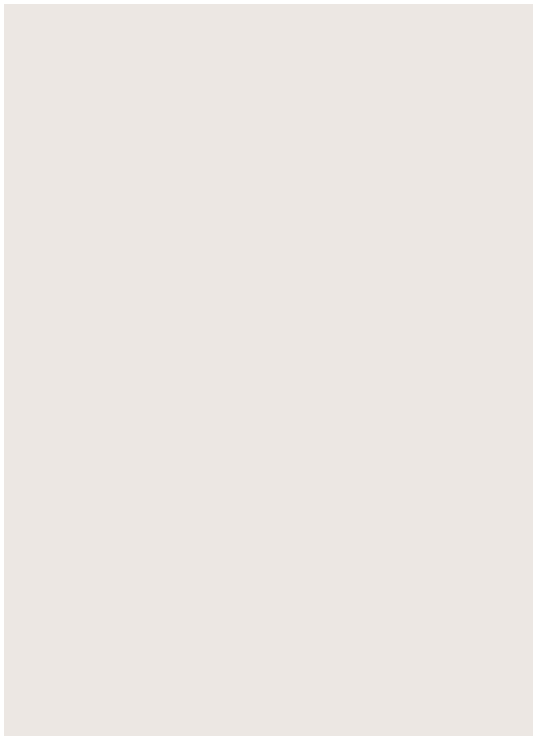
icommit



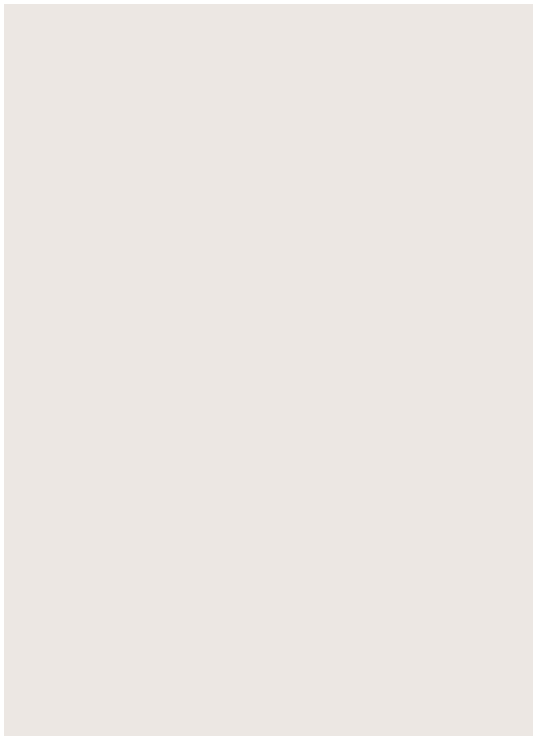
icommit



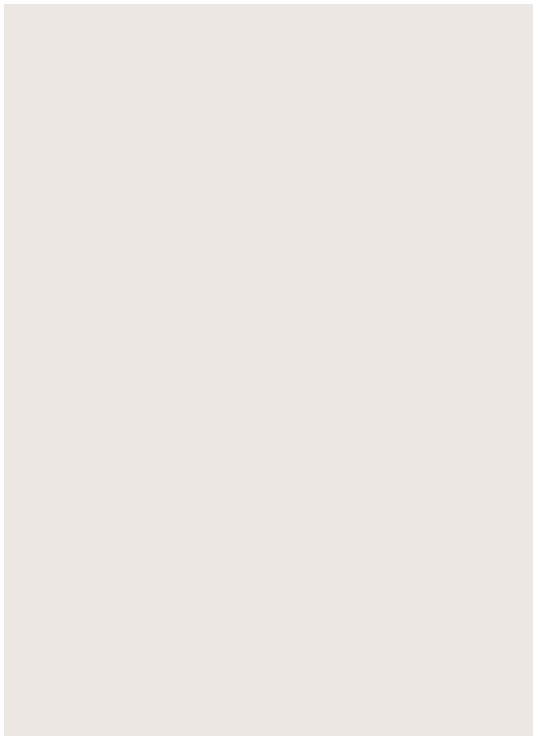
icommit



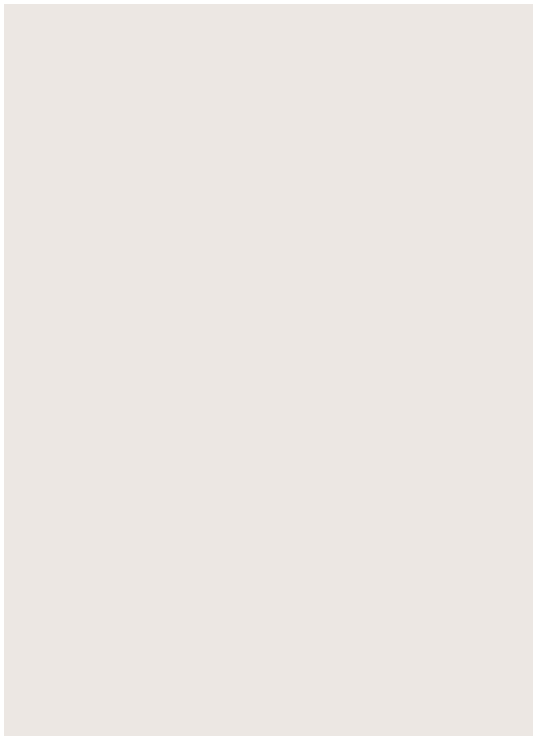
icommit



icommit



icommit



îcommit

FAMILIA DE ORIGINE

— Relații și apartenență —



îcommît

— 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?*



îcommit

PARTENERIAT ȘI COPII

— Relații și apartenență —



îcommît

— 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?*



îcommit

PRIETENI

— Relații și apartenență —



îcommît

— 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?*



îcommît

COMUNITATE

— Relații și apartenență —



îcommît

— 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?*



îcommit

SERVICII DE SUPPORT

— Relații și apartenență —



îcommît

— 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?*



îcommit

MOTIVAȚIA DE A TE IMPLICA

— Dezvoltare individuală —



îcommît

— 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?*



îcommît

MOTIVAȚIA DE A PLECA

— Dezvoltare individuală —



îcommît

— 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 —



îcommît

— 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?*



îcommit

REFLECTIVITATE

— Dezvoltare individuală —



îcommît

— 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?*



îcommit

IDENTITATE

— Dezvoltare individuală —



îcommit

— Dezvoltare individuală —

IDENTITATE

- *Cum te vezi pe tine însuși? 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?*



îcommît

EMOȚII

— Dezvoltare individuală —



îcommît

— 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 —



îcommît

— 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?*



îcommit

STARE GENERALĂ DE BINE

— Dezvoltare individuală —



îcommît

— 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?*



îcommit

ASPECTE DE GEN

— Dezvoltare individuală —



îcommît

— Dezvoltare individuală —

ASPECTE DE GEN

- *Cu ce gen te identifiți, ce este important pentru tine din această perspectivă și 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 extremistă?*



îcommit

ÎNFĂȚIȘARE

— Dezvoltare individuală —



îcommit

— 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?*



îcommît

MEDIU DE ACASĂ

— Viața practică —



îcommît

— 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?*



îcommît

**EDUCAȚIE/
INSTRUIRE
VOCAȚIONALĂ**

— Viața practică —



îcommît

— 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?*



îcommit

ANGAJARE ÎN MUNCĂ

— Viața practică —



îcommît

— 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 —



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 —



îcommît

— 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?*



îcommî

**CONTACTUL CU
MEMBRII MIȘCĂRII
EXTREMISTE**

— 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 viață nouă?*



îcommît

RĂZBUNAREA

— Provocări —



îcommît

— 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?*



îcommit

**CONSUMUL DE
ALCOOL ȘI
SUBSTANȚE**

— Provocări —



îcommît

— 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 substanțe? Ce te-ar ajuta în acest sens?*



îcommit

**PROVOCĂRI
ADMINISTRATIVE**

— 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)?*



îcommît

PIERDERI

— Provocări —



îcommît

— 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?*



îcommît

**COMPORTAMENTUL
INFRAȚIONAL ȘI
VIOLENT**

— Provocări —



îcommît

— Provocări —

COMPORTAMENTUL INFRAȚIONAL 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?*



îcommit

STIGMATIZARE

— Provocări —



îcommît

— 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?*



îcommît

CONDAMNAREA ȘI DETENȚIA

— Provocări —



îcommît

— 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?*

