

## **Podporna vprašanja za razmislek o osebnih dejavnikih identitete, ki lahko spodbujajo radikalizacijo.**

- 1. TELO, TELESNOST:** Se počutim dobro v svojem telesu? Sem zdrav, telesno fit, se dobro počutim, doživljam spolno zadovoljitev? Doživljam svoje telo kot celoto? Se počutim močnega, šibkega? Katere so moje šibke točke? Sem sposoben obvladovati svoje šibke točke ali me to naredi nemočnega? Se soočam s psihološkimi problemi?
- 2. SAMOZAVEST :** Kako ocenjujem svojo samozavest? Sem si všeč? Ali se cenim kot vrednega ljubezni? Je moje samospoštovanje odvisno od kakšne specifične osebe? Ali potrebujem potrditev od koga drugega, da vem, kaj je prav in kaj narobe? Kako sodim sam sebe? Katere so moje prednosti?
- 3. SOCIALNO OMREŽJE:** Ali imam različno in podporno socialno omrežje? (prijatelje, družino, partnerja, znance, sodelavce, sosede, ...) Se znotraj teh omrežij počutim sproščeno in razumljeno? Je moj odnos zanesljiv? Sem nesrečno zaljubljen? Poznam ljudi na katere se lahko obrnem, če se znajdem v težavah? Ali imam dovolj strokovne podpore za svoje potrebe (zdravniki, terapevti, svetovalci,...)? Se počutim integrirano v svoje okolje in ali imam stabilen položaj v svoji mreži? Ali verjamem, da me ljudje razumejo, vidijo in cenijo takšnega kot sem?
- 4. USPEH, ZAPOSILITEV, DOSEŽKI /NASTOPI IN PROSTI ČAS:** Kakšne izkušnje imam z uspehi ali neuspehi? Se imam za uspešnega? Ali mislim, da sem neuspešen? Doživljam uspeh na delovnem mestu, v šoli itd. ali v življenju na sploh? Se imam za učinkovitega ali sem preobremenjen?
- 5. MATERIALNA VARNOST:** Sem finančno preskrbljen? Kakšne finančne vire imam? Ali sem v skrbeh kakšno bo moje finančno stanje v prihodnosti? Ali imam dovolj za stanovanje, obleko in hrano? Sem sposoben preživeti z lastnimi prihodki?
- 6. TRAVMATIČNE IZKUŠNJE:** Ali trpim zaradi psiholoških travm? Katere travmatične izkušnje so me izoblikovale? Sem se lahko spopadel z njimi ali so še vedno to 'odprte rane'? Ali vplivajo na moje življenje in kako?
- 7. IZKUŠNJE DISKRIMINACIJE IN IZKLJUČITVE:** Kakšne izkušnje imam z izključevanjem? So me kdaj zbadali v šoli ali sem bil jaz tisti, ki je zbadal druge? Sem se kdaj počutil manjvredno napram drugim? Se danes počutim izključen iz kakšne skupine ljudi? (v službi, v šoli, med prijatelji, v družini, družbi, itd.) Ali imam kakšne lastnosti, ki jih okolje v katerem živim, stigmatizira? Kako se soočam s tem?
- 8. OSEBNE VREDNOTE:** S katerimi socialnimi, etničnimi, moralnimi vrednotami sem odraščal? Sem jih samo prevzel ali sem o njih razmislil kot odrasla oseba? Katere vrednote so mi postale zelo pomembne v življenju?
- 9. POLITIČNA PREPRIČANJA IN IDEOLOGIJE:** Kakšna so moja politična prepričanja in moje ideologije? Kako je raslo moje prepričanje o demokraciji? Ali sledim nacionalni ali internacionalni politiki? Ali se moje osebno prepričanje-ideologija sklada s katero od trenutnih političnih strank v moji državi? Ali se udeležujem volitev? Kaj si mislim o državni vladi? Kakšne spremembe si želim in katera sredstva za dosego teh političnih ciljev lahko uporabim?
- 10. VERA IN PODUHOVLJENOST:** Ali vera/ duhovnost igrata pomembno vlogo v mojem življenju? Ali sem več spovedi? Ali se soočam z vero z njenimi pozitivnimi in negativnimi vplivi na celoten svet? Ali vidim mejo med politiko in religijo? Ali sem kosolidiran v svoji veri (ali ateizmu, agnosticizmu, itd.)?

11. **ŽELJA PO TVEGANJU:** Me privlačijo tvegane odločitve? Kaj je tisto v mojem življenju, za kar sem pripravljen tvegati? Kako realistična, razumna ali koristna so ta tveganja? Je moja ocena tveganja povprečna?

12. **SPOPADANJE Z OMEJITVAMI:** Se v svojem vsakodnevnem življenju počutim omejen ali ogrožen? Ali je prestopanje mej zame ključno, da se počutim udobno v družbi? Ali so moje osebne meje postavljene nad meje drugih ljudi? Kje so moje meje? Ali verjamem, da so meje znotraj mojega osebnega okolja sprejemljive?

13. **PRIČAKOVANJA ZA PRIHODNOST IN SAMOUČINKOVITOST:** Kakšna so moja pričakovanja za naslednja leta? Ali sledim kakšnemu življenjskemu načrtu (privatnemu ali na delovnem mestu)? Kaj bi rad dosegel, kaj so moji upi in želje? So realistični? Sem sposoben svoje življenje in prihodnost oblikovati tako, da bom dosegel svoje cilje? Ali se počutim brezupnega in nemočnega, ko gre za mojo prihodnost?