



# 2. Воспоминание

## Прошлое

1. На что Вы потратили свою первую зарплату?
2. Что Вы помните о дне, когда Вам исполнилось 18 лет?
3. Какой запах связан с вашим днём рождения?
4. Какие предметы Вы коллекционировали?

## Настоящее

1. За что Вы получили признание и чем до сих пор гордитесь?
2. Назовите певца или группу, чья музыка впечатляет Вас до сих пор.
3. Как проходит сейчас Ваше утро? Поменялось ли что-то с годами?
4. Расскажите о человеке, которого Вы уважали в течение всей жизни

## Задание

1. Выберите запомнившуюся/запомнившееся из детства песню или стихотворение, которую/которое Вы хотели бы вспомнить.
2. Усядьтесь поудобнее, закройте на мгновение глаза и попробуйте сконцентрироваться на том, чтобы вспомнить начальные строчки песни или стихотворения.
3. Вы можете повторить песню или стихотворение вслух или мысленно столько раз, сколько потребуется.
4. Песню или стихотворение можно прослушать также онлайн, чтобы вспомнить слова.

## Задание

1. Опишите виды транспорта, которые Вы использовали в молодости для того, чтобы добраться до своего друга.
2. Опишите вкратце ту атмосферу или воспоминание, которое связано у Вас с этими видами транспорта.
3. Опишите те виды транспорта, которые Вы используете сейчас для того, чтобы добраться до друга.
4. Как нынешние виды транспорта влияют на ваши встречи с друзьями и нынешние приключения?

# 2. Воспоминание

## Задание

1. Вспомните имена своих первых трёх учителей:
2. Кто был Вашим первым учителем?
3. С каким предметом или какой темой был особенно связан Ваш первый учитель? Что Вы помните о своём первом учителе?
4. Связанно ли с первым учителем какое-либо особенное воспоминание? Это может быть какая-то особая ситуация или его метод преподавания.
5. Как эти учителя повлияли на Ваше взросление и обучение?
6. Какую роль сыграли эти учителя во время Вашего взросления и обучения в ранние годы?

## Задание

Представьте, что Вы кладёте в рот любимую конфетку.

Какого она цвета? Чем она пахнет? Вспомните, когда Вы ели её в последний раз.

Давно ли это было? Хотите ли Вы сходить в магазин, чтобы купить такую конфету?

Или это сладость, которую Вы помните из прошлого? Поговорите о сладостях

## Задание на воображение

Выберите дверь номер 1, 2 или 3

**Дверь номер 1:** Войдя внутрь, Вы внезапно чувствуете, что вокруг Вас парят маленькие феи. Они предоставляют Вам возможность совершить путешествие в прошлое и пережить заново какой-либо незабываемый момент. Какое событие Вы хотели бы ещё раз пережить?

**Дверь номер 2:** Открыв дверь, Вы обнаруживаете себя на космическом корабле. Капитаном является мудрое инопланетное существо, которое предоставляет Вам возможность исследовать какую-либо одну из загадочных планет Вселенной. На какую планету Вы отправитесь и почему?

**Дверь номер 3:** Войдя внутрь, Вы окажетесь в классе магической академии. Учитель просит Вас выбрать одну магическую способность, которую Вы хотели бы освоить. Какую магическую способность Вы хотели бы получить?

## Домашнее задание

Выберите три предмета, которые связаны с важным для Вас воспоминанием.

Смотрите на них в течение какого-то времени и попытайтесь представить, какие эмоции и детали связаны с ними.

Опишите, по возможности, словами данные предметы или изобразите эмоции, получаемые от них.