



8. Sõprus

Minevik

1. Millised olid sinu nooruspõlve sõbrad? Mida te koos tegite?
2. Kuidas on sinu sõprussuhted aastate jooksul muutunud?
3. Kas sul on tekkinud sõpru oma töö, hobide või huvide kaudu?
4. Kas sul on meeles mõni eriline ja vahva mälestus sõpradest?

Olevik

1. Kui tihti hoiad ühendust oma praeguste sõpradega?
2. Kas sul on sõpru, keda oled juba aastaid tundnud ja kellega siiani suhtled?
3. Millised tegevused toovad sulle kõige enam rõõmu, kui sa veedad aega koos sõpradega?
4. Kuidas on sinu sõprussuhted ja sotsiaalsed suhted laiemalt ajas muutunud?

Hea sõbra omadused

1. Mida hindad sõprussuhtes kõige rohkem?
2. Kuidas on su sõbrad toetanud sind rasketel aegadel?
3. Kui oluline on sinu jaoks sõpradega sarnane huumorimeel või sarnased huvid?
4. Kuidas saavad sõbrad kaasa aidata sinu hea vaimse ja füüsilise tervise seisundile ja selle hoidmisele?

Ülesanne

1. Vaadake koos fotosid vanadest sõpradest ja mineviku sündmustest.
2. Sirvige fotosid ja rääkige neist.
3. Igal fotol võib olla oma lugu.
4. Ülesanne meenutab toredaid mälestusi ning annab võimaluse jagada naljakaid või liigutavaid lugusid.

8. Sõprus

Lõpeta lause

Täitke järgmised sõprusega seotud sõnapaarid:

Sõprus on nagu _____.

Sõbrad toovad rõõmu ja _____.

Kui vajan tuge, aitavad mu sõbrad _____.

Ühised mälestused loovad tugeva _____.

Sõbrad on üksteisele nagu _____.

Sõbra kirjeldamine

Kirjeldage üksteisele ühte oma sõpra, kasutades vähemalt viit omadussõna või lauset.

Näiteks usaldusväärne, rõõmsameelne, abivalmis ja humoorikas.

Ülesanne aitab teil omadussõnu kasutades väljendada oma mõtteid ja tundeid sõprusest.

Mäluhäirega inimesele

Paluge eakal oma kodulinna meenutada.
Esitage talle järgmised küsimused:

Mis linnas sa elasid?

Milline ilm seal tavaliselt oli?

Kas sul oli mõni eriline koht, mis sulle oma kodulinnas väga meeldis?

Mis sulle linnas kõige rohkem meeldis?

Mis oli sinu lemmikrestoran või -pood?
1.

Tegevused

Nuusutage koos erinevaid lõhnu või maitse erinevaid maitseid, näiteks vürtse või värskeid ürte.

Püüdke meenutada, milliseid mälestusi iga lõhn või maitse teis tekitas.

Võimalusel saate ka koos kokata, kasutades erinevaid toiduaineid ja arutades, mida need lõhnad teile meenutavad.