



# 9. Путешествия

## Прошлое

1. Каким было Ваше первое путешествие и какие воспоминания остались о нём?
2. Обладаете ли Вы каким-то особенным опытом путешествий, который сильно повлиял на Вашу жизнь?
3. Какие путешествия Вы совершали в молодости, и чем они отличаются от нынешних путешествий?
4. Что было самым сложным в путешествиях, и как Вы справились с этим?

## Настоящее

1. Какие ценности или навыки Вы приобрели благодаря своим путешествиям?
2. Как путешествия сформировали Ваше представление о разных культурах и мире в целом?
3. Как путешествия помогают поддерживать Ваше любопытство и интерес к жизни?
4. Как с возрастом изменились Ваши привычки в путешествиях?

## Проблемы связанные с путешествиями

1. Разделите группу на небольшие команды и дайте каждой из них задание придумать креативные решения различных проблем, связанных с путешествиями.
2. Проблемы могут быть практического характера (например, управление бюджетом, языковой барьер) или более личного характера (например, неуверенность при посещении новых мест)
3. Каждая из команд должна представить своё решение и рассказать о том, что её члены узнали из данного опыта.
4. Составьте из решений таблицу и поделитесь ею с другими.

## Задание

1. Каждый участник придумывает два утверждения о себе, которые будут связаны с путешествиями. Одно из утверждений является правдивым, а другое – ложным.
2. Задачей остальных является угадать, какое из двух утверждений является правдивым.
3. Расскажите короткую историю, стоящую за утверждениями; это добавит веселья в обсуждение.
4. Это упражнение навеет приятные воспоминания и даст возможность поделиться с другими забавными или трогательными историями.

# 9. Путешествия

## Задание на спонтанное воспоминание

Подумайте о каком-нибудь повседневном предмете (например, часы, бутылка с водой, ручка)

Ответьте на следующие вопросы:

Если этот предмет увеличить в размерах, как можно будет его использовать?

Какие детали этого предмета можно заменить?

Из каких ещё материалов его можно сделать?

Как его можно трансформировать?

Что произойдёт, если изменить цвет, звучание, запах, предназначение, движение или форму этого предмета?

## Воспоминание

Напишите мемуары или путевые заметки об особенном для Вас путешествии. Подробно опишите то, что Вы видели, ощущали и переживали.

Для описания поездки можно использовать понятные и простые слова.

Например, расскажите о месте, где Вы были; о блюдах, которые Вы пробовали; о людях, которых Вы встретили, и о самом запомнившемся моменте в данном путешествии.

Не забудьте рассказать о том, какое впечатление произвела на Вас поездка и, чтобы Вы хотели вспомнить о ней в будущем.

## Для людей с нарушениями памяти

Выберите какое-нибудь место в вашем городе, о котором Вы, возможно, раньше мало что знали. Это может быть парк, кафе, библиотека или любое другое интересное место. Когда Вы придёте в выбранное место, обратите внимание на детали.

Что Вы видите вокруг себя? Есть ли здесь интересные пейзажи, растения или другие особенности?

Возьмите с собой блокнот или листок бумаги и ручку. Запишите Ваши наблюдения и ощущения, возникающие от этого места.

Можете зарисовать или отметить что-либо особенное. Используйте все свои органы чувств.

Прислушайтесь к окружающим звукам, вдохните окружающие запахи и прикоснитесь к различным поверхностям.

Возьмите с собой на память какие-нибудь небольшие предметы, например камушек или листочек.

Поделитесь своими впечатлениями с другими!

## Действие

Начните делиться в группе опытом своих путешествий. Каждый может вкратце рассказать об одном памятном путешествии или локации, которые приходят ему на ум.

Предложите каждому принести с собой какой-либо сувенир.

Это могут быть фотографии, открытки или небольшие предметы из путешествий. На видном месте разместите большой лист картона или плакат. Это послужит основой для галереи.

Каждый член группы может украсить свою часть галереи.

Можно использовать краски, можно рисовать пейзажи или делать короткие заметки о поездках.

В конце сфотографируйте финальную работу и распечатайте, чтобы каждый мог забрать результат домой.