

Θεραπεία δι'αναμνήσεων- 1

Κυριακάτικο τραπέζι

Απαντήστε τις παρακάτω ερωτήσεις και αναπολήστε το παρελθόν!

Μπορείτε ακόμη να συζητήσετε με ένα φίλο ή μέλος της οικογένειας για την περίοδο αυτή της ζωής σας και να βρείτε και σχετικές φωτογραφίες ή υλικό.

Εάν είστε ο φροντιστής ενός ατόμου με άνοια, αντίστοιχα, μπορείτε να ξεκινήσετε μία συζήτηση με τις παρακάτω ερωτήσεις. Προσπαθήστε να κάνετε την εμπειρία διασκεδαστική χωρίς να φέρετε στην επιφάνεια δυσάρεστες αναμνήσεις. Βοηθήστε την αναπόληση με φωτογραφικό υλικό.

ΕΡΩΤΗΣΕΙΣ

Μπορείτε να περιγράψετε το κυριακάτικο τραπέζι με την οικογένεια σας στην παιδική σας ηλικία;

1) Ποια μέλη της οικογένειά σας ήταν παρόντα; Ήσασταν μεγάλη οικογένεια;

.....
.....
.....
.....
.....

2) Πώς καθόσασταν στο τραπέζι; Προτιμούσατε να τρώτε σε άλλο χώρο του σπιτιού; Θυμάστε πώς ήταν το δωμάτιο της κουζίνας; Μπορείτε να το περιγράψετε; Υπήρχε οτιδήποτε στο χώρο που σας έκανε εντύπωση;

.....
.....
.....
.....
.....

3) Ποιο ήταν το αγαπημένο σας φαγητό της παιδικής σας ηλικίας;

.....
.....
.....
.....
.....

4) Θυμάστε τι κάνατε εσείς για την προετοιμασία του τραπέζιού;

.....
.....
.....
.....
.....

5) Θυμάστε κάποιο κυριακάτικο τραπέζι πιο έντονα;

.....
.....
.....
.....
.....