

## Vaja 5.5. Odprta razprava o psihosocialnih spremembah

Mentor bo predlagal odprto razpravo o psihosocialnih spremembah, ki se lahko pojavijo s starostjo (osamljenost, depresija, biti aktiven v družbi in smrt sorodnikov). Cilj vaje je, da AAWID izrazi možne rešitve in orodja/načine s katerimi lahko rešijo te probleme.

Sledeča vprašanja in slike so vam lahko v podporo pri tej vaji.

- Ali čutiš, da se tvoja družabna in čustvena funkcija z leti spreminja? Ali se lahko spomniš situacije, v kateri si zdaj srečnejši kot prej?
- Ali so sedaj tvoje družabne vloge/aktivnosti (prijatelji, odnosi, družina...) drugačni? Ali si bolj ali manj družabno aktiven? Ali lahko opišeš pozitivna čustva, ki jih doživljaš, ko si s prijatelji ali sorodniki (družabna interakcija)?
- Si želiš imeti več socialnih interakcij? Kaj lahko storimo, da vam ponudimo več pomenljivih izkušenj socialnih interakcij?

**Opomba:** pri tej vaji ni pravih ali napačnih odgovorov. Vsi se ne soočajo z negativnimi psihološkimi spremembami. AAWID mora biti zmožna odkrito govoriti o svojih mislih in čustvih.

