

## Primeira parte

1. Podendo escolher qualquer pessoa no mundo, quem queria ter como convidado para jantar?
2. Gostaria de ser famoso? De que forma?
3. Ensaia o que vai dizer antes de fazer uma chamada telefónica? Porquê?
4. O que constitui um “dia perfeito” para si?
5. Quando foi a última vez que cantou para si mesmo? E para outra pessoa?
6. Se fosse capaz de viver até aos 90 anos de idade com a mente ou o corpo de uma pessoa de 30 anos, o que escolheria [a mente ou o corpo]?
7. Tem um palpite secreto sobre a forma como vai morrer?
8. Diga três coisas que você e o seu parceiro parecem ter em comum.
9. Pelo o que é que se sente mais grato/grata na vida?
10. Se pudesse mudar alguma coisa na forma como foi educado/a, o que seria?
11. Tire quatro minutos do seu tempo e conta ao parceiro/a a história da sua vida com o máximo de detalhes possível.
12. Se amanhã acordasse com uma nova qualidade ou habilidade, qual seria?

## Segunda parte

1. Se uma bola de cristal pudesse contar a verdade sobre a sua pessoa, vida e futuro, ou qualquer outra coisa, o que é que quereria saber?
2. Há alguma coisa que sonhe fazer desde há muito tempo? Porque não a fez?
3. Qual é a maior realização na sua vida?
4. O que valoriza mais numa amizade?
5. Qual é a sua memória mais querida?
6. Qual é a sua memória mais terrível?
7. Se soubesse que dentro de um ano fosse morrer de repente, mudaria alguma coisa na forma como está atualmente a viver? Porquê?
8. O que é que a amizade significa para si?
9. Quais são os papéis do amor e do afeto na sua vida?
10. Partilhe alternadamente algo que considere ser uma característica positiva no seu/sua parceiro/a. Partilhe um total de cinco itens.
11. Quão próxima e calorosa é a sua família? Sente que a sua infância foi mais feliz que a da maior parte das pessoas?
12. Como se sente face à relação que tem com a sua mãe?

## Terceira parte

1. Faça três declarações honestas na primeira pessoa do plural. Como por exemplo, “Nós estamos os dois nesta sala a sentirmo-nos...”
2. Complete esta frase: “Eu gostava de ter alguém com quem partilhar...”
3. Caso ficasse um amigo próximo do seu/sua parceiro/a, partilhe o que seria importante que ele ou ela soubesse.
4. Diga ao seu/sua parceiro/a o que gosta nele/nela; seja honesto/a desta vez, dizendo coisas que não diria a alguém que acabou de conhecer.
5. Partilhe com o seu/sua parceiro/a um momento embaraçoso da sua vida.
6. Quando foi a última vez que chorou em frente a uma pessoa? E sozinho/a?
7. Conte ao seu parceiro uma coisa que já goste nele/nela.
8. E se qualquer coisa for demasiado sério para ser gozada?
9. Se morresse esta noite se a oportunidade de comunicar com quem quer que fosse, o que mais se arrependeria de não ter dito a alguém? Porque é que ainda não o disse?
10. A sua casa, que contém tudo o que lhe pertence, incendeia-se. Depois de salvar os seus entes queridos e os animais de estimação, tem tempo para salvar um último item. Qual seria? Porquê?
11. De todas as pessoas na sua família, que morte consideraria mais perturbante. Porquê?
12. Partilhe um problema pessoal e peça ao seu/sua parceiro/parceira por conselhos em como lidar com ele. Peça também ao parceiro/a que reflita sobre a como você se está a sentir tendo em conta o problema que escolheu.