Vision Australia

Το παιχνίδι και οι φίλοι



Το παιχνίδι και ο χρόνος που περνάμε με τους φίλους μπορεί να διαφέρουν για τον καθένα. Ο στόχος; Να βρεις τρόπους να συμμετέχεις, να διασκεδάζεις και να νιώθεις άνετα να είσαι ο εαυτός σου στο σχολείο.

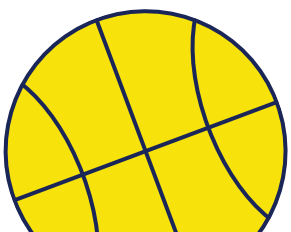
Συμμετέχοντας

- Πες «γεια» όταν βλέπεις κάποιον που γνωρίζεις
- Ρώτησε αν μπορείς να συμμετάσχεις σε ένα παιχνίδι ή μια δραστηριότητα
- Δοκίμασε να κάθεσαι με διαφορετικά άτομα στο μεσημεριανό γεύμα ή στο διάλειμμα
- Να θυμάσαι ότι ένα απλό «γεια» μπορεί να γίνει η αρχή μιας φιλίας.



Κάνε τα πράγματα πιο εύκολα για τις ανάγκες της όρασής σου

- Πες στους φίλους σου τι είναι αυτό που σε βοηθά να συμμετέχεις
- Ζήτησε από έναν φίλο ή μια φίλη να σου περιγράψει τι συμβαίνει γύρω σου
- Διάλεξε παιχνίδια και δραστηριότητες που σου αρέσουν
- Πες το σε έναν δάσκαλο ή πήγαινε στο παγκάκι φιλίας, αν χρειάζεσαι βοήθεια για να βρεις μια παρέα για να παίξεις.



Περνώντας χρόνο μαζί

- Μάθε τα ονόματα των φίλων σου
- Μιλάτε και ακούτε ο ένας τον άλλον με τη σειρά
- Μοιράσου τις ιδέες και τα ενδιαφέροντά σου
- Να θυμάσαι ότι στον καθένα αρέσουν διαφορετικά πράγματα.

Ένα πράγμα που πρέπει να κάνεις

Αυτή την εβδομάδα, πες «γεια» σε ένα άτομο ή πάρε μέρος σε μία δραστηριότητα.

Μπορείς να τα καταφέρεις

Δεν πειράζει αν σου φαίνεται δύσκολο στην αρχή. Ζήτησε βοήθεια όταν τη χρειάζεσαι, μη βιάζεσαι και θυμήσου ότι για να μάθεις καινούργια πράγματα χρειάζεται εξάσκηση. Δεν χρειάζεσαι πολλούς φίλους. Ένας ή δύο καλοί φίλοι είναι μια πολύ καλή αρχή.

