Vision Australia

Jugar y hacer amigos



Jugar y pasar tiempo con amigos puede ser diferente para cada persona. ¿El objetivo? Encontrar maneras de participar, divertirte y sentirte a gusto siendo tú mismo en la escuela.

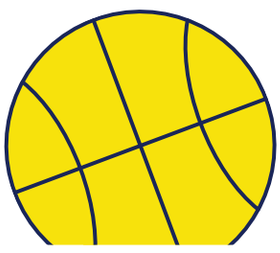
Únete a los demás

- Saluda cuando veas a alguien que conozcas.
- Pregunta si puedes unirte a un juego o actividad.
- Prueba a sentarte con personas diferentes durante el almuerzo o el recreo.
- Recuerda que un simple saludo puede ser el comienzo de una amistad.



Haz que las cosas te resulten más fáciles y se ajusten a tu visión

- Cuéntales a tus amigos qué cosas te ayudan a participar.
- Pide a un amigo que te describa lo que ocurre a tu alrededor.
- Elige juegos y actividades que te gusten.
- Si necesitas ayuda para encontrar un grupo con el que jugar, pide ayuda a un profesor o acércate al banco de amigos (buddy bench).



Pasa tiempo con tus amigos

- Aprende los nombres de tus amigos.
- Habla y escucha por turnos.
- Comparte tus ideas y tus intereses.
- Recuerda que a cada persona le gustan cosas diferentes.

Una cosa que puedes hacer

Esta semana, saluda a alguien o únete a una actividad.

Tú puedes

Es normal que al principio algunas cosas te resulten difíciles. Pide ayuda cuando la necesites, tómate tu tiempo y recuerda que aprender cosas nuevas requiere práctica. No necesitas tener muchos amigos. Uno o dos buenos amigos es un buen punto de partida.

