FICHA DE ACTIVIDAD

El contestador automático

¿Para quién está concebida?

- Personas con síndrome de Down.

¿Qué objetivos pretende lograr?

- Conocer mis emociones.
- Conocer las emociones de los demás.

¿Cómo se realiza?

Colocados en círculo. Haces una llamada a tu compañero de al lado. No está. Suena el contestador. “¿Quién eres? ¿Qué quieres?” Cada uno, por turno, va diciendo cómo se llama y cuál es la razón por la que participa en el grupo.

¿Cuánto dura?

30 minutos.

¿A qué edades está dirigida?

- **Todas las edades**

¿Cómo se puede mejorar?

La llamada la puede realizar el educador, dirigiéndose a los integrantes del grupo uno a uno.
Cuando se haya practicado se puede ampliar llevando la pregunta más lejos: ¿Qué quieres en tu vida? ¿Qué te gustaría hacer, ser o cambiar?

¿Qué materiales se necesitan?

Información para las familias

Puede trabajarse en casa con los jóvenes con síndrome de Down (“¿Quién eres? ¿Qué quieres?”). Autoconocimiento y autoestima.

¿Cómo lo puedo llevar a mi vida?

Reflexionar sobre quién soy y qué deseo en mi vida.

Autoconocimiento y autoestima.

Conocimiento de las propias capacidades.

Proyecto de vida personal.