

INICIATIVA AYUDA de Ibercaja CUANDO TÚ TE SUPERAS, AVANZAMOS TODOS

Grupo de amigos Asociación Asperger

Practicar deporte y ocio con nuestro grupo de amigos nos aporta bienestar y nos exige poner en marcha habilidades para mejorar en nuestras relaciones interpersonales.



Reunión semanal del grupo de amigos.

HABILIDADES SOCIALES

El concepto que poseen los niños sobre la amistad va cambiando a lo largo del tiempo y es notable que los niños con Síndrome de Asperger tiendan a realizar una definición inmadura e inusual de la amistad. Un SA no es una persona antipática o maleducada, simplemente tiene una manera diferente de entender el mundo.

La etapa de la adolescencia es muy compleja y para una persona con Síndrome de Asperger todavía más, ya que estos cambios pueden dar lugar a graves consecuencias como son trastornos de ansiedad o depresión.

La dificultad para ser empático, hace que las conductas ajenas sean imprevisibles, carentes de sentido y, en general, imposibles de comprender lo que dificulta la integración al grupo de iguales, tan importante en la adolescencia. Los problemas para interpretar gestos, para adaptar el tono de voz al mensaje que se quiere transmitir, la torpeza en el control postural o las dificultades para integrar la información en un todo coherente, obstaculizan de manera signi-



Hacer deporte no es aburrido, es saludable y entretenido.

ficativa la fluidez, reciprocidad y dinamismo que caracteriza a las relaciones interpersonales.

Desde la asociación se trabaja el entrenamiento en habilidades sociales en actividades grupales enfocadas a adquirir aquellas conductas socialmente efectivas que el joven no tiene en su repertorio y, también, a modificar las conductas de relación interpersonal que posee pero que son inadecuadas.

ACTIVIDAD DE OCIO DIRIGIDO

El ocio es un elemento fundamental y mediador en el desarrollo de la vida de toda persona. Es signo de calidad de vida y bienestar y las condiciones en que se realiza, deben satisfacer las necesidades de todos. En la Asociación tenemos un grupo de ocio con el fin de satisfacer dichas necesidades adaptadas al Síndrome de Asperger.

El objetivo es que los adoles-



El calentamiento fundamental para prevenir lesiones.

centes con asperger tomen conciencia de la vivencia personal del ocio como una experiencia positiva y pongan en marcha habilidades en función de sus preferencias y aficiones, en compañía de otras personas, fomentando así las relaciones interpersonales.

ACTIVIDAD DEPORTIVA DIRIGIDA

Crear, concienciar y adquirir un hábito saludable es muy importante en nuestras vidas, por ello

nos lo planteamos en nuestra Asociación y en este grupo de amigos.

Para ello, nos pusimos en contacto con la Asociación NEREU en Huesca, que promueve y previene el sedentarismo a través del deporte. Creamos así un binomio perfecto para garantizar un grupo de amigos que disfruta jugando con los demás, utilizando el deporte como herramienta socializadora y fomentando hábitos de vida saludable.