

ADIVINA EL OBJETO

Creatividad aplicada a la ansiedad (Actividad 2/12)

DESCRIPCIÓN

Adivinar el objeto es un juego sencillo y fácil de poner en práctica con personas mayores. Se puede organizar con recursos mínimos, en grupo o individualmente y puede traer buen humor entre ellos. Puede ayudar a las personas mayores a relajarse y desviar su atención de las fuentes de ansiedad.

OBJETIVOS

1. Estimular la imaginación y el pensamiento creativo.
2. Despierta diversión y espíritu competitivo.
3. Reducir la ansiedad y la frustración relacionadas con la pérdida de memoria.

RECURSOS Y MATERIALES

1. Ordenador portátil/ordenador.
2. Selección de imágenes.
3. Video proyector y pantalla.

IMPLEMENTACIÓN - INSTRUCCIÓN

1. Se seleccionan algunas imágenes familiares para el grupo objetivo (por ejemplo, silla, niño, taza, tranvía, bolígrafo). – Las imágenes pueden ser elegidas al azar por el coordinador.
2. La primera imagen se proyecta, pero no del todo; sólo una parte de ella lo es.
3. Se pide a los participantes que identifiquen el objeto.
4. Si nadie puede, la imagen se amplía para mostrar más detalles.
5. Se invita a los participantes a identificar el objeto.

6. La actividad se repite con la visualización de tantos detalles de la imagen como sea posible, llegando a la proyección de toda la imagen, hasta que uno de los participantes identifica el objeto en la imagen.
7. La actividad se desarrolla con el siguiente objeto de manera similar.
8. Se repite con un máximo de 6 objetos y se puede repetir con cualquier otro objeto.
9. El participante que adivine la mayor cantidad de objetos es declarado ganador y recibe un premio (por ejemplo, una galleta o algo dulce para compartir con las otras personas mayores).

IDEA COMPLEMENTARIA

10. Las imágenes se pueden cambiar tantas veces como se repita el ejercicio con el mismo grupo de personas mayores.

POSIBLES MODIFICACIONES

1. El ejercicio puede ser tematizado, adaptado a diferentes momentos del calendario (por ejemplo, Navidad, Pascua, Día de la Mujer, primavera, etc.).
2. Al comienzo de la actividad, el tema elegido se puede discutir durante unos minutos, y los objetos ocultos se pueden seleccionar de acuerdo con este tema.

RESULTADOS ESPERADOS

Las personas mayores descubrirán una forma sencilla de diversión, porque los detalles de los objetos se pueden asociar con una multitud de otros objetos. Se mantendrán activos estimulando la curiosidad por descubrir qué se esconde detrás de la imagen.