|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **PLAN DE SESIÓN INTERVENCIÓN PSICOPEDAGÓGICA** | | | | |
| **Nombre del practicante** | | Inés Gaytán Fernández | | |
| **Nombre del paciente** | | M. O. O | | |
| **Fecha** | | 23.10.21 | **N°. sesión:** | 11 |
| **OBJETIVO** | | | | |
| Trabajar la habilidad de planificación de la paciente por medio del cuadrante de prioridades. | | | | |
| **ACTIVIDADES** | | | | **MATERIALES Y RECURSOS** |
| **Sintonización**  **(5 minutos)** | Establecer rapport con la paciente y explicarle lo que se realizará en la sesión. | | | - |
| **Concentración**  **(10 minutos)** | Observar un video sobre ¿cómo ser más productivo en la pandemia? Y hacer una reflexión sobre el mismo. | | | Video de youtube. |
| **Intervención**  **(30 min)** | Haciendo uso del cuadrante de prioridades, la paciente deberá escribir en la pantalla cuáles son sus prioridades dentro de cada cuadrante y también tomando en cuenta las dimensiones de su vida. Esto para organizar y ordenar las cosas importantes de las no tan importantes. | | | Presentación de cuadrantes. |
| **Relajación**  **(5 min)** | Por medio del Jamboard, la paciente deberá escribir algún aprendizaje de la sesión y cómo podría ayudarle en sus estudios. | | | Jamboard. |
| **Resumen**  **(10 minutos)** | Explicar la tarea que debe hacer: bitácora de retos. Repasar lo que se hizo en la sesión y agradecer su asistencia. | | | Pizarra virtual. |
| **PLAN PARALELO** | | | | **MATERIALES Y RECURSOS** |
| Bitácora de retos: la paciente deberá tomar una foto cada día de las actividades que más le gustó realizar o del momento que le dio más gratificación. Esto con el fin de que pueda determinar prioridades y que pueda cumplir con sus actividades. | | | | Formatos de bitácoras de retos para colocar sus fotos. |
| **EVALUACIÓN** | | | | |
| Escucha con atención el video, logra reflexionar sobre la productividad, brinda ideas para ser más productiva, logra ordenar sus prioridades por importancia, toma en cuenta todas las dimensiones de su vida, autorreflexión. | | | | |

