



# Autonomía

Zoranyi Torres Lesmes  
Terapeuta Ocupacional en Formación  
Campo de Acción Profesional  
Terapia Ocupacional  
Facultad de Salud  
Universidad de Pamplona  
2022-II





# Autonomía

Con el desarrollo de esta actividad se busca que los individuos identifiquen sus habilidades y capacidades para poder realizar toma de decisiones, resolución de conflictos, lograr una estructura a lo largo de la vida y adquisición de una identidad ocupacional donde se aumenten los niveles de autonomía y se reduzca la dependencia. Lo anterior, mediante el diligenciamiento de cada una de las ocupaciones allí reflejadas, donde el individuo realice el relato de la ejecución de cada una de estas mediante su expresión oral, favoreciendo la autoeficacia del individuo donde pueda lograr el planteamiento de objetivos y metas para poder impactar en lo que desea en la vida.





## Libro “trabajando hacia la autonomía”

### **Materiales:**

Marcador borrable

Libro

**Duración:** 30 minutos

**Descripción:** Para esta actividad el moderador facilitara al estudiante un libro didáctico el cual contempla las ocupaciones como: AVD,AIVD, educación, trabajo, juego, ocio y participación social, cada ocupación se encuentra en una página, así mismo, abra un espacio para indicar la fecha, lugar, emoción experimentada, con quien la realizo y un espacio para una foto, el estudiante deberá colocar que actividad querrá realizar dependiendo la ocupación, estas actividades las podrá realizar durante la próxima semana, cuando el individuo de cumplimiento a estas deberá tomar foto e imprimirlas y pegarlas según sea la ocupación, así mismo, deberá rellenar los datos que allí se plasmas(lugar, fecha y emoción experimenta) cuando el estudiante complete el libro “trabajando hacia la autonomía” deberá contar la historia que allí plasmo.

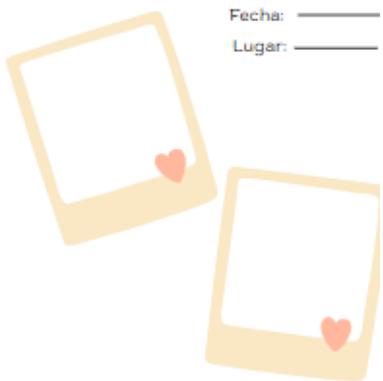




# Libro “trabajando hacia la autonomía”

## Actividades de la vida diaria

Fecha: \_\_\_\_\_  
Lugar: \_\_\_\_\_



¿Con quién la realizó?  
\_\_\_\_\_  
Emoción experimentada  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

## Actividades instrumentales de la vida diaria

Fecha: \_\_\_\_\_  
Lugar: \_\_\_\_\_



¿Con quién la realizó?  
\_\_\_\_\_  
Emoción experimentada  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

## Educación

Fecha: \_\_\_\_\_  
Lugar: \_\_\_\_\_



¿Con quién la realizó?  
\_\_\_\_\_  
Emoción experimentada  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

## Trabajo

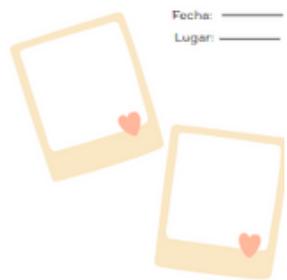
Fecha: \_\_\_\_\_  
Lugar: \_\_\_\_\_



¿Con quién la realizó?  
\_\_\_\_\_  
Emoción experimentada  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

## Juego y Ocio

Fecha: \_\_\_\_\_  
Lugar: \_\_\_\_\_



¿Con quién la realizó?  
\_\_\_\_\_  
Emoción experimentada  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

## Descando y Sueño

Fecha: \_\_\_\_\_  
Lugar: \_\_\_\_\_



¿Con quién la realizó?  
\_\_\_\_\_  
Emoción experimentada  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_





**DONDE**  
*pones tu*  
*atención pones tu*  
**Energía**

@Naturalbeauty1144

