ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES FORMATO REGISTRO DESARROLLO ACTIVIDADES SERVICIO CUIDADO TRANSITORIO DÍA-NOCHE	Código: FOR-PSS-517 Versión: 1 Fecha: Memo I2023036946 - 28/11/2023 Pagina: 1 de 1

Fecha de ejecución:	4	10	2024	

Unidad Operativa:	Centro Cuidado Transitorio Villa Kennedy		
Componente de Atención:	Estilos de vida saludable		
Línea de Atención:	Buenas práctiicas de envejecimiento	Profesional a cargo:	Julian Salinas-psicólogo
Nombre de la actividad:	Comunicación asertiva I		

DESARROLLO DEL TEMA

OBJETIVO GENERAL

Fomentar en las personas mayores del Centro Cuidado Transitorio procesos de escucha activa a través de la creación de grupos de apoyo que aborden el estado de ánimo y las situaciones internas o externas que influyen en el ámbito emocional, social y de convivencia, promoviendo así el bienestar integral y la mejora en las relaciones consigo mismos y con su entorno.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

1. Desarrollar habilidades de escucha activa entre las personas mayores del Centro Cuidado Transitorio, mediante talleres y dinámicas grupales que promuevan la empatía y la comprensión mutua.

2. Implementar grupos de apoyo que permitan a los participantes compartir sus experiencias personales y emociones, fomentando un espacio de diálogo abierto y respetuoso que fortalezca su bienestar emocional y social.

3. Identificar y abordar las influencias internas y externas que afecten el estado de ánimo y la convivencia de los participantes, brindando herramientas que les ayuden a gestionar sus emociones y mejorar su relación consigo mismos y con su entorno.

METODOLOGÍA

MOMENTO INICIAL	La metodología de esta actividad se estructuró en tres momentos clave que permitieron promover la participación activa y la construcción de un ambiente de apoyo mutuo entre las 18 personas mayores que formaron parte del proceso. En el primer momento, se realizó una explicación detallada sobre el propósito del grupo de apoyo, enfatizando la importancia de la escucha activa basada en el respeto mutuo. Durante esta fase inicial, se presentó el alcance que tendría la actividad en términos de promover la empatía y comprensión entre los participantes, destacando el valor de compartir experiencias y emociones dentro de un espacio seguro. El objetivo era que todos comprendieran que su participación no solo contribuiría a su bienestar individual, sino también al de sus compañeros.
MOMENTO CENTRAL	El segundo momento consistió en el inicio del grupo propiamente dicho, comenzando con una actividad en la que se invitó a cada participante, incluido el profesional en psicología que acompañaba el proceso, a identificar y expresar su estado de ánimo. Este reconocimiento personal y colectivo permitió crear un ambiente de apertura y confianza, facilitando el compartir y el entendimiento de las diversas emociones presentes. La participación del psicólogo como miembro activo del grupo fue fundamental, pues no solo guió la actividad, sino que también modeló el comportamiento esperado en cuanto a la autoexploración emocional.
MOMENTO FINAL	En el tercer momento, se dio espacio para que, de manera voluntaria, cada integrante pudiera expresar situaciones, tanto internas como externas, que afectaran su bienestar emocional y social, interfiriendo en su ajuste personal. Estas situaciones, compartidas desde el descontento o la inquietud, fueron abordadas colectivamente, permitiendo que los otros miembros del grupo brindaran alternativas o posibles soluciones a las problemáticas expresadas. Durante este proceso, el profesional en psicología no solo avaló y orientó las intervenciones, sino que también ofreció su perspectiva profesional, asegurando que las discusiones se mantuvieran dentro de un marco constructivo y terapéutico.

RECURSOS

RECURSO MATERIAL:	RECURSO HUMANO:
* Sillas * Mesas	* Profesional en psicología * Personas mayores Centro Cuidado Transitorio Villa Kennedy

EVALUACIÓN DE LA ACTIVIDAD

La evaluación de la actividad realizada en el Centro Cuidado Transitorio destaca la participación activa de las 18 personas mayores, quienes se involucraron plenamente en el proceso. Durante las sesiones, los participantes lograron profundizar en el reconocimiento de las emociones básicas, un avance significativo que les permitió identificar con mayor claridad su estado de ánimo. Este aprendizaje ha sido esencial para mejorar su autoconciencia y la forma en que interpretan sus emociones y reacciones, lo que refleja un impacto positivo en su vida cotidiana dentro del centro.

Uno de los aspectos más importantes de la evaluación es el impacto positivo que esta actividad ha tenido sobre la consciencia de sí mismos y del entorno. A través de los ejercicios de escucha activa y el apoyo grupal, los participantes han adquirido una mayor capacidad para reflexionar sobre sus emociones y la forma en que estas influyen en su comportamiento y en sus relaciones interpersonales. Esta toma de consciencia es un paso crucial para mejorar la convivencia dentro del centro, especialmente considerando que algunas personas habían presentado alteraciones en su interacción social.

En términos de resultados, se espera que este impacto se traduzca, a corto plazo, en una disminución de las dificultades de convivencia. Al poder identificar y gestionar mejor sus emociones, los participantes están mejor equipados para lidiar con situaciones de conflicto o tensión, lo que debería mejorar el clima de convivencia general en el centro. Aunque algunos de los participantes habían presentado previamente dificultades en este ámbito, la intervención ha servido como un mecanismo de apoyo y prevención, fortaleciendo su capacidad para manejar situaciones problemáticas y favoreciendo un entorno más armonioso.

FUDESOL
Fundación Social Para el Desarrollo Humano
Nit: 900 295 709 -3

CENTRO DE CUIDADO TRANSITORIO DIA – NOCHE VILLA KENNEDY 8225/2024

FECHA: 04-10-2024	NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: COMUNICACIÓN ASERTIVA I	RESPONSABLE: JULIAN SALINAS







