Fecha de ejecución:	27	01	2025	
Unidad Operativa:	Cuidado Transitorio Día Noche Villa Kennedy			
Componente de Atención:	Derechos y ejercicio de ciudadanía			
Línea de Atención:	Fortalecimiento de la autonomía		Profesional a cargo:	Psicología: Paula Andrea Castillo Galeano
Nombre de la actividad:	GRUPO DE APOYO SESIÓN VII - AUTOESTIMA			

DESARROLLO DEL TEMA

OBJETIVO GENERAL

Fortalecer la autoestima y el bienestar emocional de las personas mayores del Centro Cuidado Transitorio Villa Kennedy, mediante actividades y reflexiones que promuevan el autoconocimiento, la aceptación personal y el desarrollo de habilidades para afrontar los retos emocionales y sociales propios de la etapa de la vejez.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

1. Fomentar la reflexión y el autoconocimiento de los participantes, ayudándoles a identificar sus fortalezas, logros y cualidades positivas, para promover una imagen más positiva de sí mismos.
2. Fomentar la reflexión y el autoconocimiento de los participantes, ayudándoles a identificar sus fortalezas, logros y cualidades positivas, para promover una imagen más positiva de sí mismos.

METODOLOGÍA

MOMENTO INICIAL	Se da inicio a la actividad mencionando que se va a trabajar la autoestima como tema principal, se indaga frente a los conocimientos previos que tienen al respecto y se identifican los principales puntos sobre los cuales se debe trabajar.
MOMENTO CENTRAL	Se realiza sensibilización frente al concepto de autoestima, se identifican sus principales aspectos y se orienta la atención hacia la aceptación de la etapa de vida, como herramienta para promover una imagen más positiva de esta y de sí mismos. Se realiza una actividad llamada “línea de tiempo” en la que se pide a los participantes que recuerden los aspectos positivos, así como los retos que se presentan en cada etapa de la vida, iniciando con la niñez, la adultez joven y la actual que es la adultez mayor, se abre el espacio para el diálogo de cada uno de los participantes frente a sus historias de vida y los aspectos que se presentaron en cada una de las etapas. Para finalizar se realiza sensibilización frente a las condiciones de cada una de las etapas de la vida, normalizando los procesos propios de cada una de estas, y la forma en que, a través de la experiencia, conocimiento y herramientas individuales, se va logrando atravesar por cada una de estas.
MOMENTO FINAL	Para finalizar, se socializa con los participantes las posibles acciones diarias que pueden implementar para mitigar el impacto de los aspectos negativos propios de la edad, dentro de esto se reconoce la importancia del autocuidado, de la higiene del sueño, la socialización y creación de redes de apoyo, y el seguimiento continuo con el médico y las indiciaciones que este le brinde.

RECURSOS

Parque público	Personas mayores
Block papel iris	Marcadores

EVALUACIÓN DE LA ACTIVIDAD

El taller de autoestima ha logrado cumplir exitosamente sus objetivos, proporcionando a los participantes un espacio seguro para la reflexión y el autoconocimiento, lo que ha permitido a cada persona identificar y valorar sus fortalezas, logros y cualidades positivas. A través de diversas actividades, los participantes han experimentado un fortalecimiento de su imagen personal y han adquirido herramientas emocionales y sociales valiosas para afrontar con mayor confianza y resiliencia los desafíos que presenta la vejez. En general, los participantes han mostrado un aumento subjetivo en su bienestar emocional, evidenciado por una mayor aceptación de sí mismos y un mejor manejo de las situaciones de vulnerabilidad, promoviendo así una visión más positiva y saludable de su etapa de vida.

FUDESOL Fundación Social Para el Desarrollo Humano Nit: 900 295 709 -3	**CENTRO DE CUIDADO TRANSITORIO DIA – NOCHE VILLA KENNEDY 8225/2024**
FECHA: 27/01/2025 RESPONSABLE: PSICOLOGA PAULA ANDREA CASTILLO	**NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: GRUPO DE APOYO - AUTOESTIMA**
	
	