Fecha de ejecución:	25	02	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:	Entrenamiento en asertividad sistema de creencias			

DESARROLLO DEL TEMA

OBJETIVO GENERAL

Desarrollar habilidades en las personas mayores asistentes al Centro Cuidado Transitorio Villa Kennedy, para regular y modificar sus sistemas de creencias a través de técnicas de comunicación asertiva, con el fin de mejorar su capacidad para interactuar de manera más efectiva, consciente y respetuosa en sus relaciones personales y profesionales.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

1. Identificar y analizar los sistemas de creencias racionales e irracionales de los participantes, reconociendo cómo estos influyen en su estilo de comunicación y en sus interacciones con los demás.
2. Enseñar y practicar técnicas de comunicación asertiva que permitan a los participantes cuestionar y modificar creencias limitantes, promoviendo un enfoque más flexible y positivo en sus relaciones y toma de decisiones.

METODOLOGÍA

MOMENTO INICIAL	Se realiza sensibilización a los adultos mayores frente a la temática que se va a trabajar, se expone la estrategia y la duración aproximada de las actividades. Se invita a los diferentes participantes del centro cuidado transitorio a participar activamente en la estrategia planteada.
MOMENTO CENTRAL	Se realiza psicoeducación a las personas mayores en comunicación asertiva, siguiendo la línea de información que se ha presentado, se propone un modelo de identificación de pensamientos disfuncionales y las estrategias para su modificación, se explica el modelo ABCDE de Albert Ellis, en el que se trabaja sobre los acontecimientos activadores, el sistema de creencias, las consecuencias y el efecto de los procesos de pensamiento, se explica a las personas mayores cada uno de estos conceptos, y se integra el conocimiento a través de la conversación activa frente a experiencias propias que comparten algunas de las personas mayores. Se realiza retroalimentación frente a los conceptos planteados y las respuestas brindadas por los participantes.
MOMENTO FINAL	Para finalizar, se dan las conclusiones frente a la actividad y la temática planteada, y se pide a los participantes que califiquen cualitativamente la actividad y que compartan con el grupo, un momento que consideran el más importante.

RECURSOS

Tablero	Marcadores borrables
Sillas	

EVALUACIÓN DE LA ACTIVIDAD

Al finalizar la actividad, se puede afirmar que los objetivos planteados se cumplieron satisfactoriamente. Los participantes fueron capaces de identificar y analizar sus sistemas de creencias, reconociendo cómo estos influían en sus respuestas ante diferentes situaciones. A través de dinámicas y ejercicios prácticos, se fomentó un ambiente de reflexión que permitió a cada uno explorar sus creencias limitantes y cómo estas afectaban su interacción cotidiana. Además, se logró enseñar y practicar la técnica propuesta, mediante la cual los participantes pudieron aplicar para modificar sus creencias y adoptar enfoques más positivos y flexibles. El taller contribuyó significativamente al desarrollo de habilidades para mejorar la comunicación y fortalecer las relaciones

interpersonales, lo que se evidenció en la mayor confianza y claridad con la que los asistentes se expresaron a lo largo de la actividad.

FUDESOL Fundación Social Para el Desarrollo Humano Nit: 900 295 709 -3	**CENTRO DE CUIDADO TRANSITORIO DIA – NOCHE VILLA KENNEDY 8225/2024**
FECHA: 25/02/2025 RESPONSABLE: PSICOLOGA PAULA ANDREA CASTILLO	**NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: ENTRENAMIENTO EN ASERTIVIDAD SISTEMA DE CREENCIAS**
	
	